





Moda

SUGESTIONES EN LA HORA DE INTIMIDAD

Belleza

CON SHIATSU SE RECUPERA LA JUVENTUD

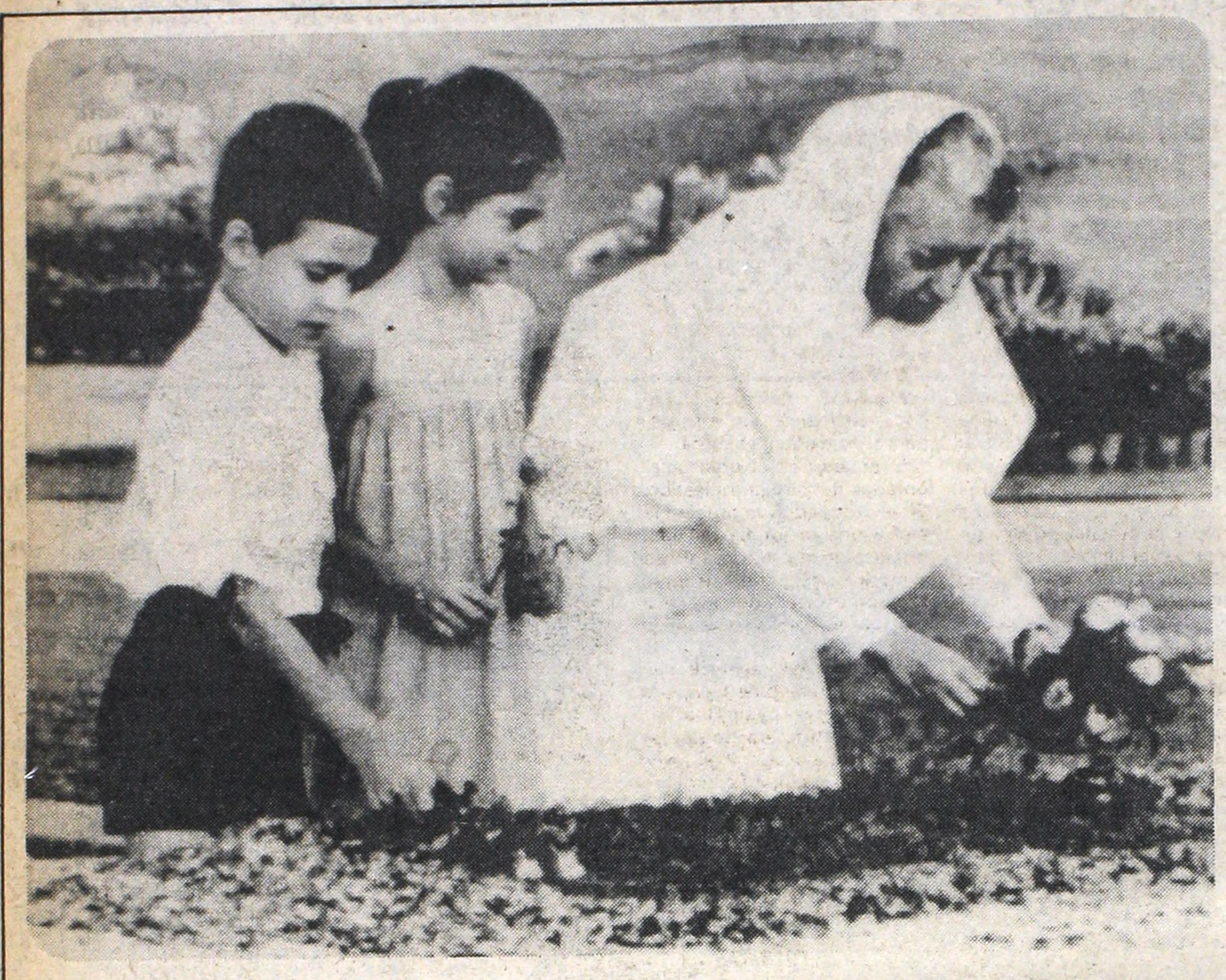
Revista de la MUJER



Nilda Garré:

"YO CUESTIONO EL DIALOGO POLITICO"





La primera ministra de la India, Indira Ghandi, deposita una ofrenda floral junto a la tumba de su padre, Jawaharlal Nehru muerto hace 16 años.

Jawaharlal Nehru fue uno de los más importantes representantes de la lucha por la independencia del pueblo indio y su habilidad en el terreno político fue heredada por su hija, quien es uno de los personajes más trascendentes de la vida pública en los últimos años en el mundo.

En la foto, Indira Ghandi aparece junto a sus dos nietos, llamados Rahul y Priyanka. Los niños son hijos del primogénito de la señora Ghandi, cuyo nombre es Rajiv Ghandi, y de su esposa, la italiana Sonia.





Sofía Loren aparece en esta foto representando a su propia madre, Romilda, cuando ésta era una joven actriz de 22 años y había ganado un concurso de aspirantes donde se elegía a la joven que más parecido tuviera con la famosa Greta Garbo.

Sofía hace este personaje en una nueva película de tres horas de duración para la televisión, cuyo título es "La buena estrella" y está basada en su autobiografía.

Desde el nacimiento de la primera "beba de probeta", la inglesita Louise Brown, la investigación genética se convirtió en una de las ramas de la biología que más acapara la atención. Es real que la ciencia avanzó considerablemente, y que la aplicación de este método de fecundación externa puede llegar a ser la solución para muchos matrimonios que no logran tener hijos, a pesar de intentar todas las técnicas conocidas contra la esterilidad.

Ahora la cuestión del manejo humano del material genético está nuevamente sobre el tapete. Y no es para menos. Hace poco se anunció la posible formación de un singular "banco de genes", que estaría formado por las células de un gran grupo de personalidades sumamente inteligentes, entre ellas los Premio Nobel.

La idea de este inusual "banco" sería poder engendrar extrauterinamente seres dotados de una inteligencia superior, algo que recuerda a la "super raza" de la tesis hitleriana.

Pero no es para asustarse del todo: en genética no hay aún leyes inexorables, y por el momento, es imposible asegurar que los genes de un sabio de origen a otro ser de igual o mayor inteligencia. Pero por las dudas, sería aconsejable comenzar a disimular las dotes intelectuales.





Esta escultural señorita, llamada Carla Agnello, muestra su musculatura durante una exhibición de fisiculturismo femenino realizada en Georgia, ciudad del estado de Atlanta, en Estados Unidos.

Su actuación en el mencionado certamen fue motivada por la necesidad de promover la competición femenina en un programa de exhibiciones a realizarse el año próximo.

Las mujeres iraníes tendrán que abandonar las costumbres innovadoras de la moda occidental y deberán volver a la antigua vestimenta islámica, caracterizada por su sencillez. En efecto, hace pocos días se conocieron instrucciones dadas por el gobierno a fin de que las empleadas del Ministerio de Justicia acudan a sus lugares de trabajo sin maquillaje y luciendo tradicionales vestimentas al estilo islámico.

El personal femenino del mencionado ministerio tendrá un plazo de una semana para readaptarse al nuevo estilo de vestimenta y arreglo personal.

La conocida y utilizada "píldora anticonceptiva" es puesta a diario en el banquillo de los acusados por médicos y expertos en el tema.

Un último informe de dos facultativos británicos, afirma que la famosa pastilla, además de evitar los embarazos, produce una mayor predisposición a contraer enfermedades como la trombosis, las afecciones cardíacas, la diabetes, hipertensión arterial, disturbios hepáticos, dolores de cabeza, náuseas, secreciones vaginales y pérdidas anormales de sangre.

Todas estas alarmantes conclusiones fueron extraídas por investigadores que analizaron estadísticamente los casos más frecuentes de enfermedades en las mujeres que consumen dichas píldoras.

Los riesgos aumentan a medida que la paciente envejece, y se ha llegado a descubrir que la pastilla es también responsable de todo tipo de disturbios en las vías biliares e inclusive, en algunos casos, puede llegar a producir cáncer de hígado.

Las alteraciones suelen desaparecer con la supresión de las dosis cotidianas. Pero cualquier tipo de afección más profunda (trombosis, problema hepático) perduran a pesar de no consumirse más la cuestionada pastillita.

Muchos médicos advierten que no solo hay que culpar a las industrias expendedoras de este tipo de productos, por los males que estos acarrean, sino que en definitiva, las mismas mujeres buscando su "liberación" serían las últimas responsables de la existencia de estos métodos perjudiciales para prevenir los embarazos no deseados.

El Shiatsu, Técnica Oriental Para Lograr un Completo Bienestar Físico

El "shiatsu" —o digitopresión— es una técnica de origen oriental que otorga una completa relajación muscular, devolviendo vitalidad a la piel y eliminando las dañinas arrugas y otros estragos causados por el tiempo, los cambios climáticos y los estados nerviosos o depresivos. "Punto por punto", como se aplica este original tratamiento.

Aquí se comienza el tratamiento, apoyando ambas manos sobre la frente se deslizan hacia el vértice del omóplato. Recorriendo luego la columna vertebral en su porción dorsal, para dirigirse a la fosa occipital donde se estimulan los músculos de la nuca.

El **shiatsu** calma todas las molestias producidas por las exaltaciones nerviosas y produce un total bienestar físico; por lo tanto, es una respuesta sana y valiosa a los daños causados por el stress.

Entre las técnicas orientales de relajación muscular, la que mayor similitud tiene con el **shiatsu** o digitopresión es la acupuntura. Ambas tienen una serie de puntos llamados **tsubo** y se trabaja presionándolos; en el caso de la digitopresión se usan todos los dedos de las manos.

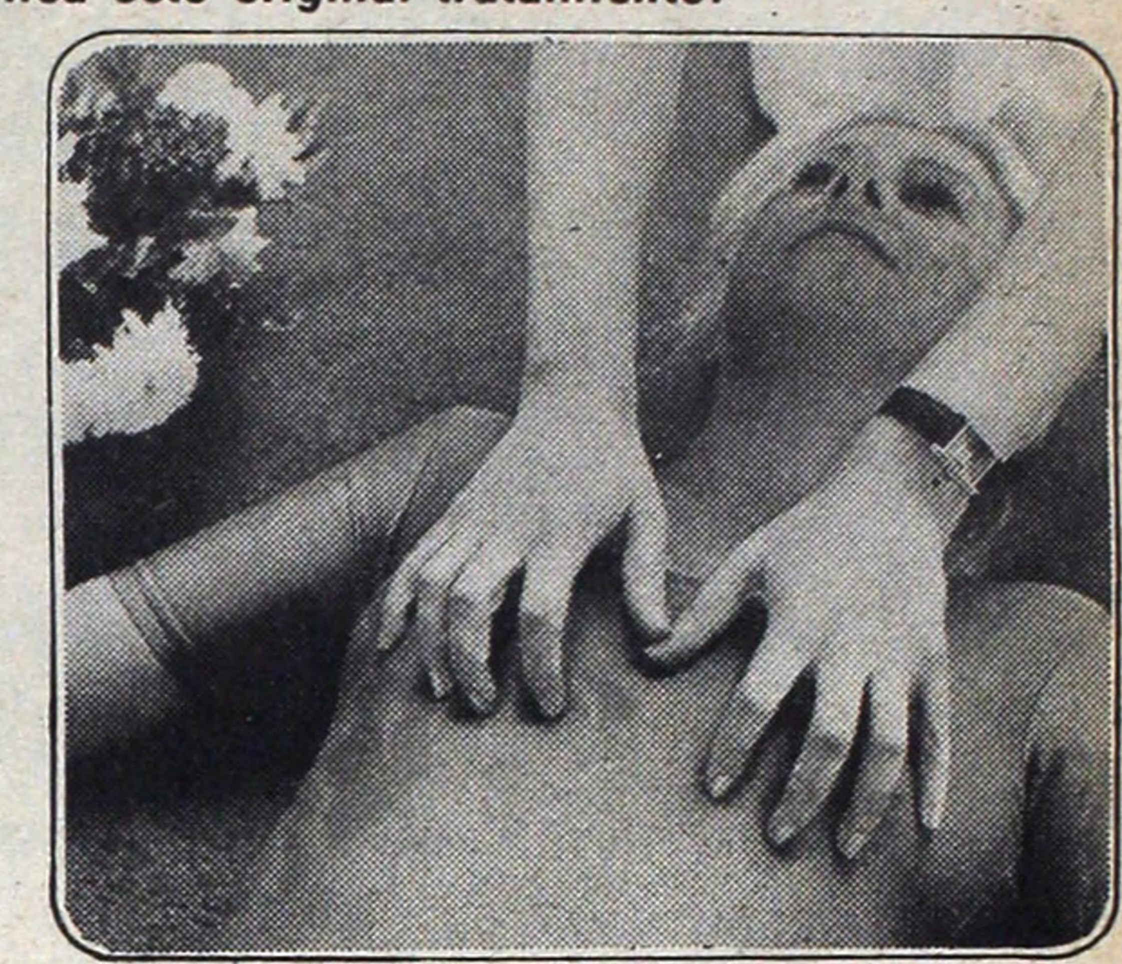
Los mejores resultados se aprecian a nivel muscular, aquí se devuelve el tono a éstos y se evitan contracturas, calambres, y cansancio. Luego el músculo bien oxigenado elimina los efectos del ácido láctico y carbónico.

A las glándulas sebáceas y sudoríparas, trastornadas por los productos desodorizantes, las activa tan efectivamente como para mantener la piel bien hidratada y flexible.

En el rostro, devuelve al revestimiento cutáneo su vitalidad, eliminando así arrugas, párpados caídos, etcétera.

El **shiatsu** es el gran colaborador del cirujano plástico. En el preoperatorio prepara la piel a una mejor flexibilidad, hidratación y oxigenación sanguínea. Mientras que en el posoperatorio contribuye a eliminar el dolor y favorece la cicatrización.

Esta nota fue realizada con el asesoramiento de la experta cosmetóloga Miryam Bordoni, cuyo instituto particular se halla en Las Heras 2126, piso 12 "G" de Capital Federal.



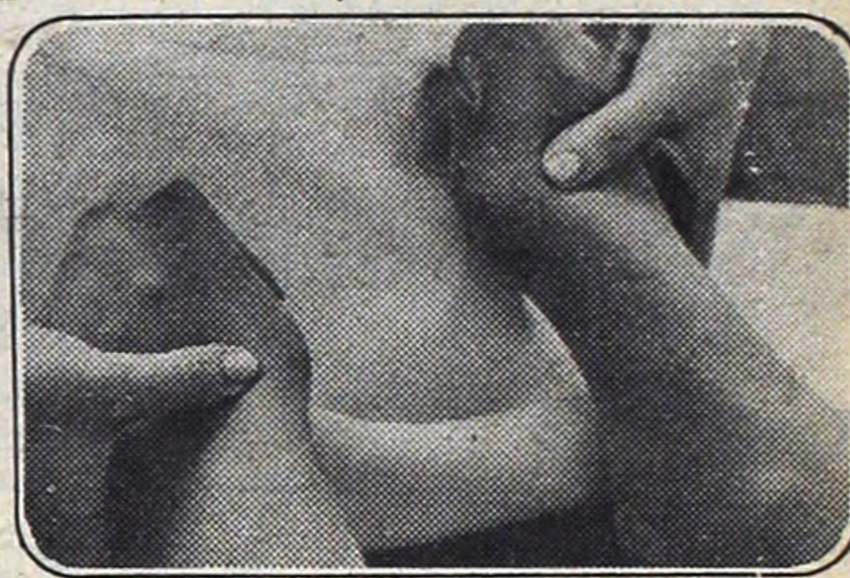
Este paso es muy importante porque utilizando todos los dedos se estimula el músculo pectoral mayor y se le da mayor turgencia.

El tercer punto se trabaja en una zona que es centro de expresión anímica y donde el envejecimiento es tan notorio, como es el músculo orbicular de los labios. Luego del tratamiento desaparecen los arcos que unen las aletas de la nariz con las comisuras de los labios.

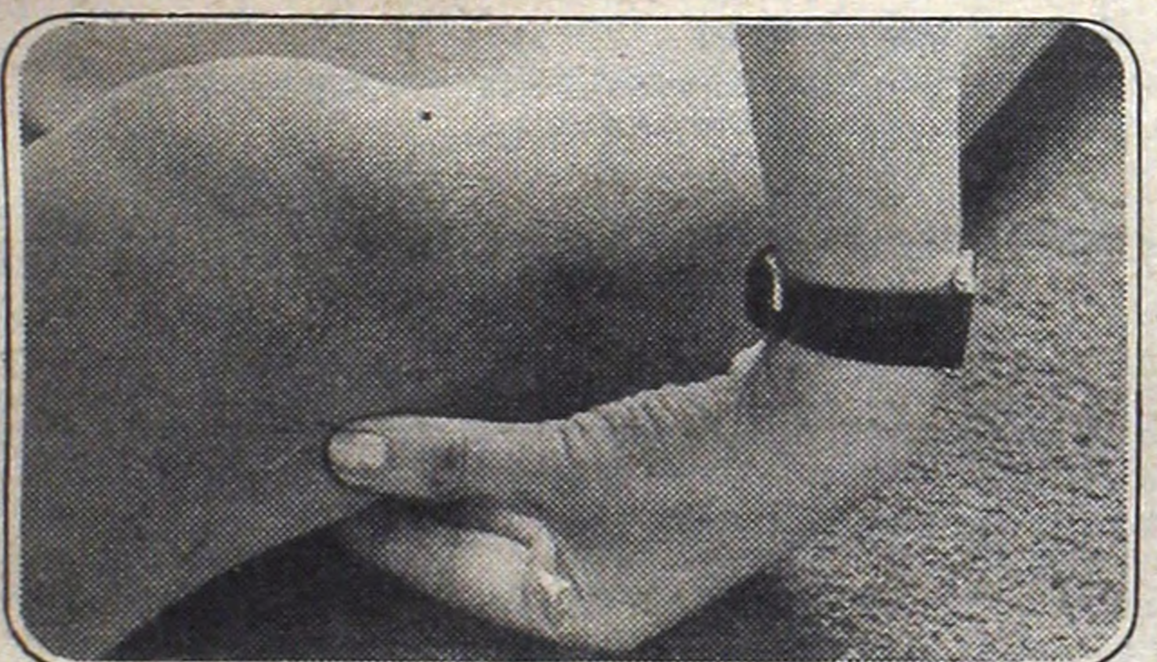




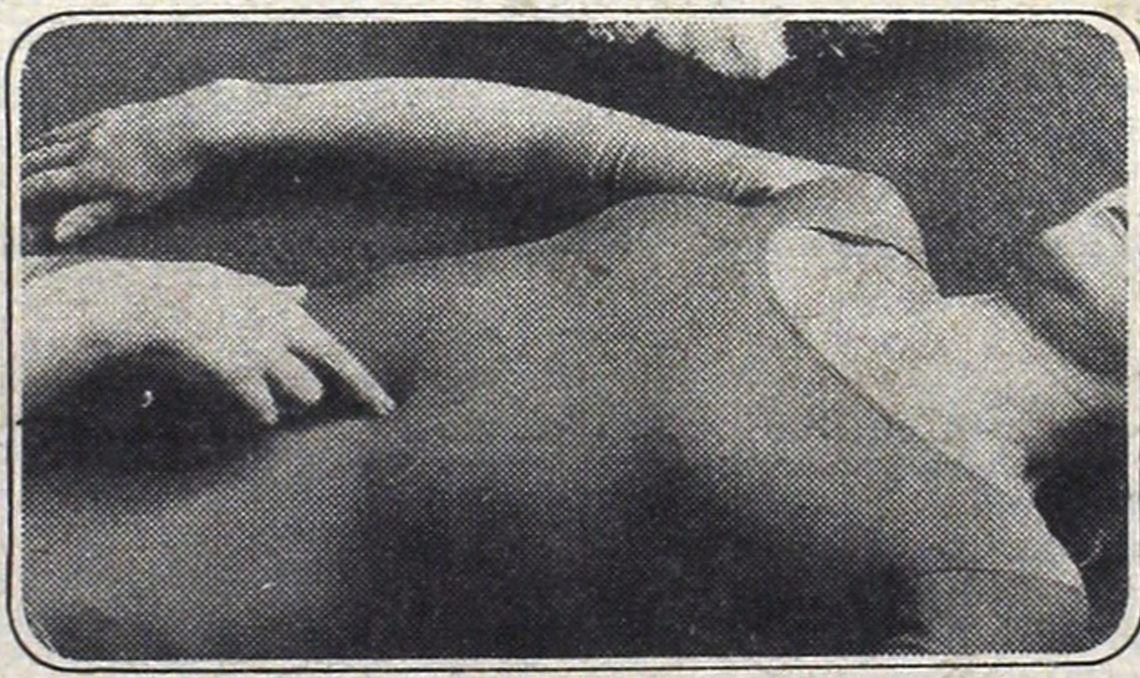
En la foto se ve claramente cómo se manipulean los párpados con el índice y el pulgar en forma de pinzas; como resultado se logra una elevación de los párpados caídos.



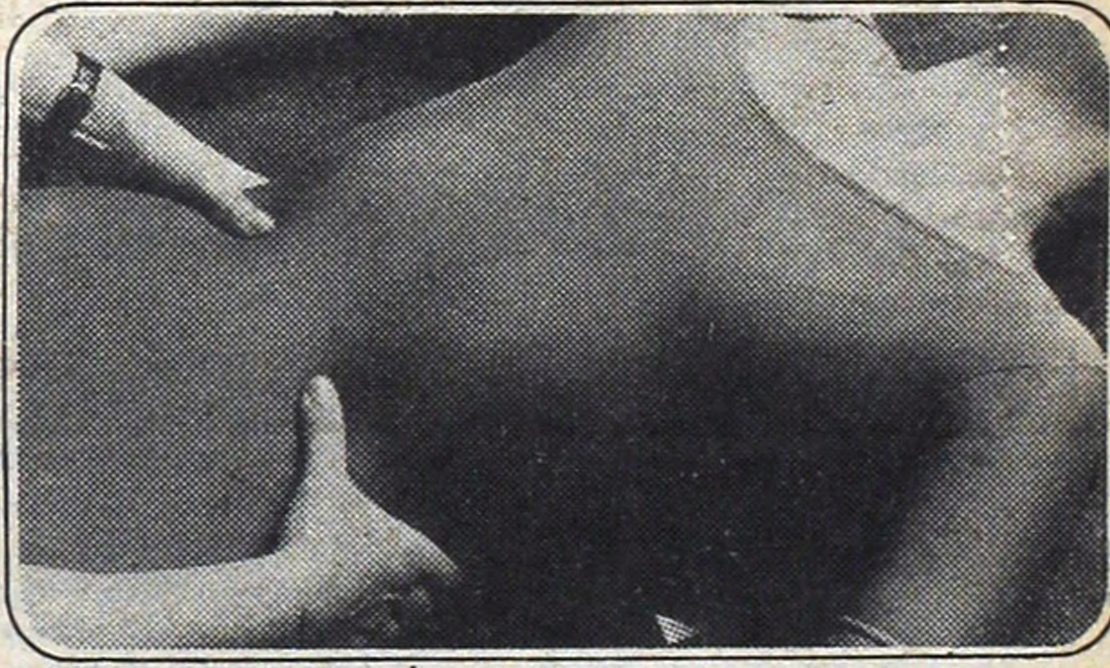
El shiatsu corporal se comienza traccionando los dedos del pie, como punto extremo de la circulación. Luego se cubren dorso y planta, donde están representados los más importantes órganos de la economía, mejorando su funcionamiento.



Este punto se llama saari y se trabaja con la mano en forma de tenaza siguiendo las líneas sagitales, el ejercicio le permite gran resistencia al caminador.



En el abdomen se utilizan dedos, palmas, vibraciones; se obtienen efectos benéficos en los intestinos, hígado y páncreas, pues reduce el tejido adiposo.

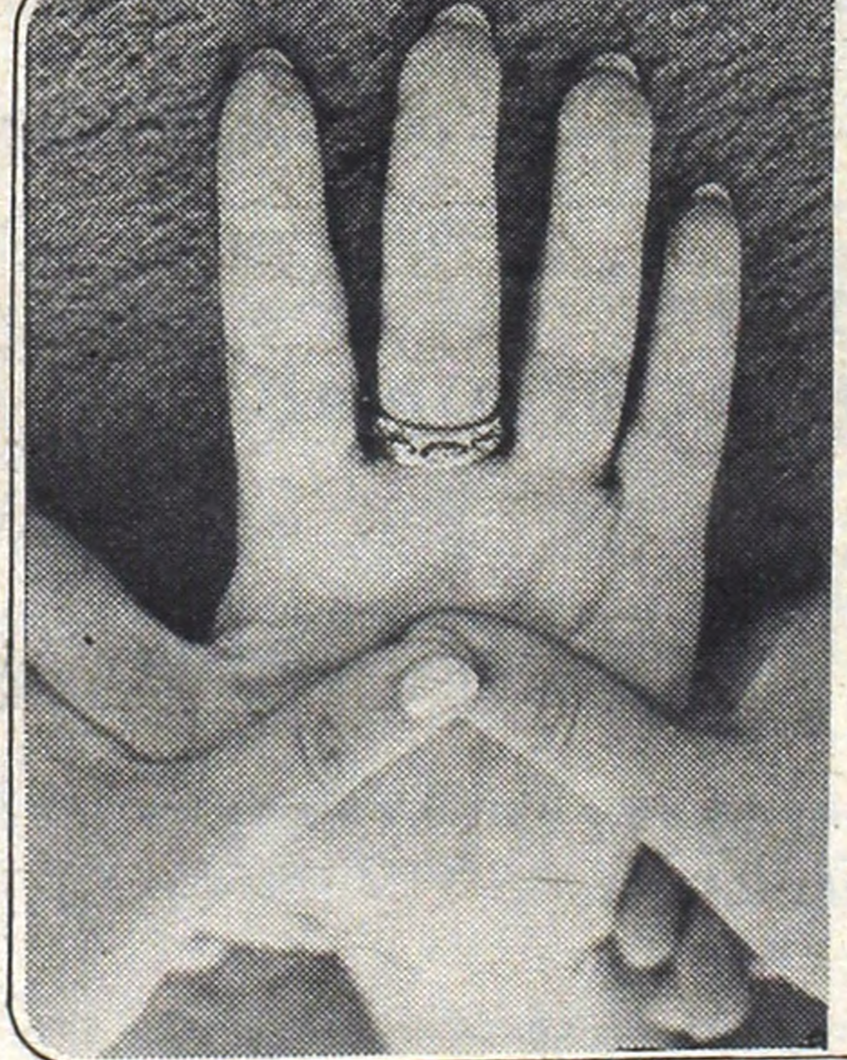


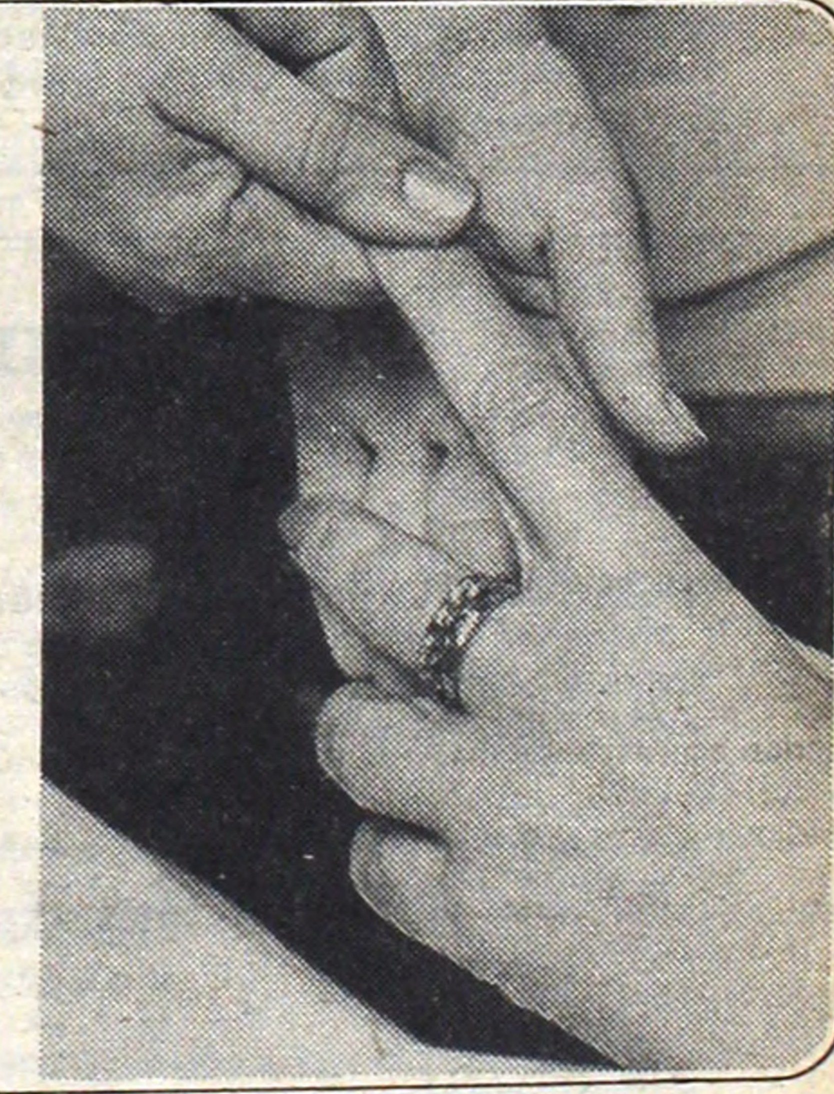
En el dorso del tronco, la estimulación de la zona sacra y lumbar, actúa sobre los desequilibrios de la menopausia y tiene efectos benéficos en la esfera sexual.

En estas dos fotos se aprecian los pulgares y las manos encimadas trabajando en el más importante centro osteomuscular que es la columna; presionan a ambos lados hasta la zona de los trapecios, donde se concentra el cansancio.









Las manos también son importantes en el shiatsu. Se trabajan del mismo modo que los pies y son centro de importantes interrelaciones viscerales. En las fotografías se muestra claramente cómo trabajan los pulgares encimados en las palmas y la tracción de los dedos.



LOS PLACERES DE LA MESA



Las pastas son el típico menú en los días fríos del invierno. Nada mejor, entonces, que preparar algunas de estas cuatro sabrosas y originales recetas, para servir en la mesa familiar.

PELUSA MOLINA



MOÑITOS AL ATUN

INGREDIENTES

(para 4 porciones)

400 gr. de fideos moñitos; 400 gr. de pulpa de tomate; 1 lata chica de atún en aceite; 1 diente de ajo; ½ pimiento rojo; 4 cucharadas de aceite; 1 cucharada de perejil picado; sal.

PREPARACION

Dorar el ajo en el aceite y luego retirarlo; añadir el atún desmenuzado y rehogar unos minutos; agregar luego la pulpa de tomate y el pimiento picado; salar y cocinar a fuego moderado durante unos 20 minutos.

Cocinar la pasta en abundante agua y sal; escurrir; colocarla en una fuente apropiada y cubrir con la salsa de atún y el perejil picado.

MACARRONES CON SALSA VERDE

INGREDIENTES (para 4 porciones)

400 gr. de macarrones; 300 gr. de acelgas; 100 gr. de queso rallado; 75 gr. de manteca; 400 gr. de leche; 2 cucharadas al ras de harina; sal, pimienta, nuez moscada.

PREPARACION

Lavar, limpiar y cocinar las acelgas en muy poca agua y sal. Cuando estén cocidas, escurrirlas y apretarlas bien para quitarles toda el agua; luego picarlas finamente y mantenerlas al calor. Hervir los macarrones en abundante agua y sal.

Mientras tanto preparar una salsa bechamel utilizando la manteca, la harina y la leche, pudiéndose colocar todos los ingredientes, menos la manteca que se derrite primero en una cacerola, en la licuadora. Revolver con cuchara de madera la bechamel hasta su ebullición y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada. Debe quedar una salsa más bien liviana.

Una vez cocidos los macarrones colarlos y colocarlos en una fuente de horno enmantecada. Mezclar la acelga con la salsa bechamel y la mitad del queso rallado: cubrir los macarrones, espolvorear con el resto del queso rallado y si se desea gratinar en horno fuerte unos segundos, de lo contrario servir enseguida bien caliente.

"SPAGHETTI" A LA SALSA DE NUEZ

INGREDIENTES (para 4 porciones)

400 gr. de "spaghetti"; 100 gr. de nueces limpias; 50 gr. de manteca; 50 gr. de queso rallado; 2 cucharadas de aceite; 1 diente de ajo.

PREPARACION

Tostar ligeramente las nueces en el horno y quitarles la piel. Colocarlas en la licuadora (o en el mortero si se tiene) junto con el ajo y reducirlas a polvo. Mezclar las nueces y ajo con las dos cucharadas de aceite y los 50 gr. de manteca derretida mezclando todo muy bien.

Mientras tanto cocinar los "spaghetti" al "dente". Escurrirlos, colocarlos en una fuente y mezclarles la salsa de nuez. Espolvorear con el queso rallado y servir enseguida.

"FUSILLI" CON SALSA DE ACEITUNAS

INGREDIENTES (para 4 porciones)

400 gr. de "fusilli"; 400 gr. de pulpa de tomate; 50 gr. de aceitunas negras; 4 filetes de anchoas; 2 dientes de ajo; 1 cucharada de albahaca picada; 1/2 taza de aceite; sal, pimienta.

PREPARACION

Dorar los ajos en aceite, con una pizca de pimienta, en una cacerola; agregar las anchoas desmenuzadas, las aceitunas descarozadas y cortadas en rodajas y la pulpa de tomate; condimentar a gusto y cocinar durante unos 15 minutos.

Cocinar mientras tanto los "fusilli". Escurrirlos, colocarlos en una fuente algo honda y cubrirlos con la salsa; espolvorear la superficie con la albahaca picada y servir.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

PANQUEQUES CON RICOTTA

INGREDIENTES (para 6 porciones)

12 panqueques medianos; 400 gr. de ricotta; 150 gr. de azúcar; ralladura y jugo de 1 naranja; dulce de leche, cantidad necesaria.

PREPARACION

En un tazón mezclar la ricotta, la ralladura y el jugo de la naranja, y elazúcar, mezclar bien todos los ingredientes. Rellenar los panqueques con la mezcla de ricotta, arrollarlos y colocarlos en una fuente adecuada.

En una cacerolita colocar el dulce de leche y llevarlo a fuego suave revolviendo con una cuchara de madera hasta que se disuelva. Salsear con el mismo los panqueques y servir enseguida.

COCTELES

UNA MANERA ORIGINAL Y DIVERTIDA DE BEBER

Los cocteles constituyen una forma muy original y colorida de preparar y servir diferentes combinaciones de bebidas alcohólicas, frutas y otros elementos.
En cualquier mesa de fiesta, o en reuniones de amigos, un cóctel da siempre un signo de distinción y elegancia.
Los barmen son los encargados de prepararlos, y entre ellos hay algunos que han alcanzado popularidad y prestigio en razón de la calidad de su trabajo.
Ejemplo de esta dedicación y habilidad, es el equipo de barmen del Claridge hotel de Buenos Aires, que está integrado por cuatro profesionales de auténtica talla: Enzo Antonetti, jefe del grupo; Oscar Bergonce; Antonio García Molina y Franco Pimazzoni.
Enzo —como es conocido en su ambiente Antonetti— es uno de los más destacados barmen en todo el mundo. Según su opinión, "el cóctel es un elemento de parsimonia en lo que hace a las relaciones públicas cotidianas. Su fin no es ni más ni menos que poner una nota de elegancia y mejorar la predisposición al diálogo y al optimismo entre dos o más personas".
Bergonce, García y Pimazzoni, al igual que Enzo, han obtenido importantes premios nacionales e internacionales a lo largo de su carrera. Y en esta entrega, Revista de la Mujer ofrece a sus lectoras una guía de consejos a tener en cuenta para el bar familiar y un recetario con exquisitos cocteles, que estos cuatro profesionales prepararon en forma especial.


Estos son los barmen del hotel Claridge. (de izquierda a derecha) Franco Pimazzoni, Antonio García Molina, Enzo Antonetti y Oscar Bergonce.

LAS RECETAS DE LOS BARMEN

Preparadas especialmente para las lectoras de la Revista de la Mujer, los cuatro barmen aportaron sus originales ideas en cuanto a la preparación de distintos cocteles. Cóctel "Argentina", preparado por Enzo Antonetti. Para 20 personas.
Ingredientes:
una botella de gin
tres pocillos tamaño café de licor cointreau
una lata de jugo de pulpa de frutillas
una lata de jugo de pulpa de ananás
cuatro botellas de champagne seco
Se vierte todo en una ponchera o recipiente adecuado y luego se revuelve hasta disolver parte del hielo que previamente hay que poner en éste. Se sirve en vasos tipo barrilito.

****

Cóctel "Bragado", preparado por Oscar Bergonce. Para 10 personas.
Ingredientes:
una botella de ron, si es posible negro.
dos pocillos tamaño café de bitter campari
un pocillo tamaño café de licor bitter orange
dos latas de jugo de pulpa de ananá
tres botellas de champagne seco.
Se mezcla todo en una ponchera de vidrio o recipiente similar, sobre trozos de hielo. Se sirve helado y colado de todo residuo de hielo en copas clásicas y altas para champagne.

****

Cóctel "San Martín", preparado por Antonio García. Para 10 personas.
Ingredientes:
una lata de jugo de pulpa de frutilla
cinco botellas de champagne dulce
dos pocillos tamaño café de licor marraschino
Se mezcla y se sirve con pequeños trocitos de hielo en vasos para old fashioned. Es un trago refrescante, dulce, para fiestas y reuniones.

****

Cóctel "Esperanza", preparado por Franco Pimazzoni.
Para 10 personas.
Ingredientes:
una botella de hesperidina
media botella de vodka
dos latas de ananá
un pocillo tamaño café de licor marraschino
tres botellas de sidra
En una ponchera de vidrio, sobre trozos de hielo, mezclar muy bien todo. Servir sin colar, con trozos de hielo en vasos tipo old fashioned.

****

Cóctel "Chapulín" preparado por Enzo Antonetti, dedicado a niños.
Ingredientes:
un pocillo para café de jugo de uva
un pocillo para café de jugo de naranja
un pocillo para café de jugo de frutillas
un pocillo para café de jugo de ananá
una cucharadita de vermouth dulce
crema chantilly dulcificada.
Prepararlo en un vaso de tragos largos, con cubitos de hielo adentro.

****

Cóctel "Piluso", preparado por Oscar Bergonce. Para 5 personas. (Es un cóctel para niños).
Ingredientes: una cucharadita de café de vermouth
una gotita de cointreau
gaseosa oscura
En los bordes de cada una de las copas (tipo campanita anchas) hay que apoyar dos cerezas al marraschino pinchadas con dos escarbadientes de cada lado, entre sí.

****

Cóctel "El Chavo", preparado por Antonio García. Para 1 persona. (es un cóctel para niños).
Ingredientes:
un chorrito de jugo de pomelo
un chorrito de jugo de naranja
un chorrito de jugo de ananá
un chorrito de jugo de frutillas
una pisca de jugo de limón
un chorrito de vermouth
una cucharadita de azúcar
Se vierte en la coctelera de metal que tenga trocitos de hielo y se mezcla bien. Servir en vasos de tragos largos.

****

Cóctel "Caperucita Roja" preparado por Franco Pimazzoni.
Ingredientes:
dos cucharaditas de azúcar
un chorro abundante de pulpa de frutillas
un chorro de jugo de naranja
Vertir todo en una coctelera con trozos de hielo adentro, y luego agitar bien. Servir en vasos de tragos largos, con dos cerezas rojas y dos trocitos de banana pinchados en escarbadientes.

****

Cóctel "H4", preparado por Oscar Bergonce. (Trago digestivo)
Ingredientes:
un chorrito de crema de leche
un chorrito de menta verde
medio chorrito de crema de cacao
un chorrito de coñac
Todo se vierte en una coctelera de metal, con trozos de hielo adentro, y se mezcla bien. Se sirve en copa campanita de pie bajo.

****

Cóctel "Antillas", preparado por Antonio García. (Trago nutritivo).
Ingredientes:
una yema de huevo
un chorrito de crema de leche
un chorrito de crema de cacao
una cucharadita de azúcar
una copita de licor de coñac
Se vierte todo en una coctelera con hielo adentro, se bate bien y se sirve en copa flauta de pie alto.

****

Cóctel "Entre Ríos", preparado por Franco Pimazzoni.
Ingredientes:
dos cucharaditas de azúcar
un chorrito de jugo de limón
una clara de huevo
un pocillo tamaño café de pisco
Se vierte todo en una coctelera de metal, y luego de batirlo bien se sirve sin colar en vasos para tragos largos. Se puede decorar con un gajo de naranja con cáscara, pinchado con dos cerezas rojas de ambos lados, por medio de escarbadientes que se apoyan en los bordes del vaso.



EL BAR FAMILIAR

Toda mujer puede improvisar un cóctel, siempre y cuando el bar de la casa esté bien equipado.
Para hacer aperitivos, puede utilizarse vermouth seco y dulce, gin, vodka, ron, pisco, bitter campari y aperital, whisky y hasta champagne. El aperitivo se sirve antes de las comidas. Su función es estimular el apetito.
En cuanto a los tragos nutritivos, que se toman lejos de las comidas principales, pueden realizarse combinando crema de leche, huevos frescos, pulpa de frutas, jaleas, azúcar y frutas naturales.
Hay otros cocteles, llamados digestivos, indicados para beber luego de comidas abundantes, para los cuales se necesita tener siempre a mano menta verde y blanca, fernet, aquavit, coñac o brandy.
Finalmente, hay un cuarto grupo de tragos, que son los refrescantes. Pueden prepararse con jugos de frutas, combinándolos con hielo abundante y una bebida alcohólica. Un buen cóctel debe servirse siempre en vasos adecuados. En el bar no deben faltar entonces, vasos de whisky, copitas de jerez, (tipo campanita con pie alto o bajo), copas "cáliz", para bebidas como el Martini, y copas "flautas estrechas" para los tragos largos, que conservan más tiempo la espumosidad de la preparación.
En la mesa de fiesta estará la cubetera, con varias pinzas, el vaso mezclador, la cuchara y el colador. Azúcar, y para decorar no olvidarse de las vistosas cerezas al marraschino.

El Fútbol, una Pasión de Multitudes Femeninas



El fútbol, "**pasión de multitúdes**", es quizá el deporte más conocido y practicado en todo el mundo. Pero no todos los jugadores son hombres. En Holanda, por ejemplo, existen aproximadamente 16.000 representantes del "**sexo débil**" que se enfrentan partido tras partido, corren, se empujan, ruedan por el césped y convierten goles al mejor estilo de Maradona y Pelé. Recientemente, la ciudad de Rimini, en Italia, fue escenario de un campeonato, realizado por segunda vez, durante el cual se midieron, entre otros, los equipos femeninos de fútbol de Suecia, Holanda y Gales. Para muchos escépticos fue una sorpresa, porque las damas demostraron ser tan hábiles como los hombres y lucharon con verdadero ahínco por obtener el triunfo deseado.

HOLANDA VERSUS GALES

El estadio "Communale" de la ciudad de Rimini albergaba casi a mil espectadores esa tarde de sábado cuando aparecieron en el campo de juego las 22 jugadoras.

Haciendo alarde de sus musculosos y fuertes cuerpos, las "chicas" holandesas y galesas tomaron ubicación en sus respectivos puestos de "combate".

Y fue realmente una guerra. Porque toda la suavidad y gracia que caracterizan tradicionalmente al sexo femenino quedaron en los vestuarios. Patadas, insultos, empujones, no permitían notar gran diferencia entre este partido y otros encuentros internacionales de fútbol entre equipos masculinos.

El entrenador holandés, Bert van Lingen, dijo antes de comenzar el cotejo que estaban capacitadas para ganar. Y su afirmación se confirmaba en la práctica. A menos de 20 minutos de haber sonado el silbato inicial, Holanda ganaba por 2 a 0.

Las mujeres no regateaban



enfrentamientos: la número 3 galesa, una pequeña niña de poco más de un metro y medio de estatura, se quejaba tirada en el pasto, mientras Marjoke, número 15 holandesa y goleadora del equipo, observaba con satisfacción la sistemática demolición que había hecho a su oponente.

Una vez finalizado el partido, que ganó Holanda, el entrenador manifestó su satisfacción por el nivel demostrado, que según sus palabras y las del médico del equipo "**será óptimo en 10 años más**".

La prueba de Italia benefició enormemente a todos los equipos. "**Así podrá conocerse el fútbol femenino holandés**" manifestó Joop Jansen, jefe del seleccionado, quien además agregó que "**en Italia hay intereses de compra y venta de jugadoras, pero por el momento no estamos interesados en eso**".

En total, fueron 12 los equipos enfrentados en el campeonato de Rimini, y las suecas obtuvieron la clasificación para la semifinal, que se jugará pronto.

HABLAN LAS JUGADORAS

Una vez terminados los partidos, las musculosas jugadoras vuelven a ser delicadas mujeres, que siempre y cuando no protesten en contra de sus contrincantes, hasta pueden mantener un diálogo.

"**Cuando era muy niña** —explicó la número 7 holandesa, Wil de Visser— **jugaba al fútbol con los varones. Siempre me gustó este deporte. Ni bien me enteré que se estaba formando un equipo de mujeres, quise integrarlo. Y aquí estoy**".

Sin embargo, la actividad de Wil no determinó que fuera soltera. "**Estoy casada** —afirmó— **y es realmente una pena que mi marido y los de otras 4 compañeras no hayan podido acompañarnos en esta gira. Pero el entrenador dijo que no es bueno que estén con nosotras en la concentración**".

El resto de las integrantes del seleccionado holandés contó más o menos la misma historia. Y luego comenzaron a entonar, casi con desenfado, viejas canciones favoritas de fútbol, en respuesta a las baladas galesas que cantaban sus oponentes.

HOLANDA VERSUS SUECIA

Luego de la victoria holandesa sobre Gales, quedaba sin embargo un difícil escollo para vencer: el partido con Suecia.

Bert van Lingen expresó al respecto que "**el partido no será fácil. En Suecia hay tantas mujeres como en Holanda que juegan al fútbol y lo hacen muy bien. Están consideradas las favoritas del campeonato. Pero de igual modo, trataremos de vencer**".

Esta vez, sin embargo, las palabras del entrenador no se cumplieron. Porque luego de los dos tiempos reglamentarios, su equipo empató 1 a 1. Suecia se clasificaba semifinalista. Las holandesas fustigaron la acción del referí que según ellas, había imposibilitado la llegada del equipo al arco sueco.

Pero no todo está perdido. El campeonato se repetirá y nuevamente el conjunto femenino holandés podrá demostrar su nivel y su garra en una cancha de fútbol.

LA MUJER EN TODOS LOS "CAMPOS"

La inserción de la mujer en la práctica de un deporte clásicamente masculino, como es el fútbol, demuestra que ya son pocas las actividades que le están vedadas. El hecho de que 22 damas se enfrenten en un partido y quieran llegar al **gol** deja en claro que todas las barreras tradicionales pueden franquearse.

La mujer, entonces, está capacitada para actuar en todos los "**campos**". Hasta en un "**campo de juego**", corriendo tras una pelota, al mejor estilo de los grandes del fútbol.

La doctora Nilda Garré, ex diputada nacional por el Justicialismo, responde esta semana al cuestionario sobre el Diálogo Político e institucional.



1. La posición del movimiento peronista frente al denominado **"Diálogo Político"** es la fijada en el documento de la conducción partidaria; nada ha cambiado desde entonces para modificar nuestra negativa a concurrir al mismo. Antes bien, las declaraciones del presidente Videla, en el sentido de que la participación en el Diálogo implica convalidar lo hecho por el gobierno militar, hacen aún más imposible nuestra concurrencia.

Con respecto a las entrevistas efectuadas, no puede obviarse una referencia al sistemático propósito de muchos de los concurrentes, en especial los representantes de los sectores políticos y sociales más insignificantes, de buscar procedimientos que hagan imposible o dificulten el funcionamiento de la democracia. Me refiero a las iniciativas tendientes a "institucionalizar" la presencia de las Fuerzas Armadas en el poder, a restringir el voto y a restar poderes esenciales a los gobiernos de extracción electoral. Esta tentativa de regreso a **"la democracia de los democráticos"** —que ya padeció el pueblo argentino a lo largo de dieciocho años de proscripciones— está condenada al más absoluto de los fracasos.

Para esos sectores ultraminoritarios, sería ideal que las Fuerzas Armadas continuaran indefinidamente en el poder; como no lo ven posible intentan —al menos— demorar al máximo el momento de la transferencia, ganando tiempo para que la política económica convierta en irreversible el achicamiento de la Argentina. Paralelamente, buscan dividir al peronismo y ejercitan toda suerte de alquimias en la búsqueda de un sistema electoral para que ganen las minorías. Pero, por si todo les saliera mal, quieren además **"reaseguros"**. Así, pretenden colocar en la órbita castrense temas que, como el de la seguridad interna, son resortes indelegables del Poder Ejecutivo; o pretenden un régimen de autarquía para el Banco Central que ponga la política monetaria fuera del campo de las decisiones políticas o la permanencia de esta Corte Suprema designada por un ukase.

¿OTRO RODRIGAZO?

2. El llamado **"programa Martínez de Hoz"** es —por explícitas y reiteradas declaraciones de todos los mandos— el programa de las Fuerzas Armadas. Es absurdo, en consecuencia, sostener como ha hecho recientemente un ex-comandante que la responsabilidad corresponde al ministro.

El peronismo disiente en forma total con lo realizado, rechaza todos o casi todos los aspectos instrumentales pero, esencialmente, repudia la **"filosofía"** del plan. Para hablar en castellano, el peronismo no acepta el modelo de país que las Fuerzas Armadas pretenden, es decir nuestra reinserción en el esquema de división internacional del trabajo, reformulado por los trilateralistas, donde nos está asignado el papel de proveedores de materias primas.

Veamos algunos de los efectos de esta política:

a) Una drástica caída en el ingreso real de los trabajadores, cuyos salarios **"de bolsillo"** no alcanzan a cubrir las necesidades más elementales de sus familias. El leve aumento del consumo en el primer trimestre, sobre los deprimidos valores del año anterior, no solo lo mantiene en cifras menores a las de nuestro gobierno, sino que su análisis por rubro demuestra —con total claridad— que es sobre las espaldas de los más humildes donde recae el peso de los errores militares.

b) El objetivo esencial proclamado por el Gobierno —combatir la inflación— no ha sido logrado sino en una medida muy modesta, a pesar del tremendo costo que paga el conjunto de la sociedad argentina. Nuevamente este año, desmintiendo los anuncios oficiales, la inflación será de "tres dígitos", a lo que debe agregarse que no bien se produzca un sinceramiento del tipo de cambio, se eliminen las tarifas políticas y se coloquen los salarios en un nivel decoroso la explosión inflacionaria hará palidecer a Rodrigo.

c) La "apertura de la economía", utilizada irresponsablemente como arma esencial de la lucha antiinflacionaria, está llevando a la ruina a las principales industrias regionales. El algodón, la vid, los cítricos, la caña de azúcar y ahora el tung están en quiebra, llevando la miseria a importantes regiones de la Argentina interior, cuyo desarrollo es, además, un imperativo de la defensa nacional.

d) La "ocupación plena", de la que hasta ayer se jactaba el Gobierno militar y que escondía —en realidad— una generalizada subocupación, se está cayendo a pedazos. ¿Cuáles son las actividades productivas que pueden subsistir, las que cuentan con las famosas "ventajas comparativas" si hasta la industria de la carne se encuentra en situación desesperada y ha reducido en un 50% el personal en ella ocupado? Y mucho peor les va a numerosos sectores industriales, agredidos por importaciones masivas en condiciones de "dumping" financiado a dos puntas, por sus estados de origen con subsidios y por nosotros a través del irreal tipo de cambio.

MARASMO ECONOMICO

e) En condiciones de caída general de la actividad económica los ingresos fiscales crecieron —de 1976 a la fecha— más de un 20%, llevando la presión tributaria a los más altos índices de la historia, mientras que el gasto público bajó apenas entre un 2 y un 3% por efecto de la disminución de los salarios del sector público a niveles degradantes.

f) El endeudamiento público ha llegado a niveles alarmantes, una "verdadera bola de nieve", como lo describiera con acierto nuestro partido en el documento del 28 de julio pasado.

g) La reciente debacle financiera —que aún no ha mostrado toda su dimensión— demuestra, además de una increíble desaprensión de la autoridad monetaria, el fracaso definitivo del plan económico. En una economía estancada el sector financiero —que debería ser mero servicio de las actividades productivas de bienes— casi se duplicó. Este es el balance en el sector de cuatro años de política de los mandos militares que prometieron —para justificar su irrupción— el fin de la economía de especulación.

3. La llamada Ley de Asociaciones Gremiales de trabajadores es claramente inconstitucional, en tanto contraviene convenios internacionales de los que la Nación es parte. Su esencia apunta a dejar inermes a los trabajadores argentinos frente a la política económica antinacional de las Fuerzas Armadas y a perjudicar al movimiento peronista. Son intentos vanos. Los trabajadores son peronistas, lo seguirán siendo y —sea cual fuere la legislación de facto— siempre seguirá existiendo nuestra CGT peronista y nuestras 62 Organizaciones Peronistas. La inmediata vigencia del compañero Lorenzo Miguel, tras cuatro años de prisión e incomunicación, debería llamar a la reflexión a quienes suponen que puede cambiarse la esencia peronista del movimiento sindical argentino.

4.1. En lo que hace a la educación, la dramática realidad que vivimos es una consecuencia directa de la política económica que hunde en la miseria a sectores cada vez mayores de nuestro pueblo. La deserción escolar primaria se ha incrementado en proporciones alarmantes, creando una legión de "obreros prematuros".

4.2. Con respecto a la salud pública debo reiterar lo dicho; es terrible que estén reapareciendo enfermedades directamente vinculadas a la subalimentación, consecuencia directa del plan económico. Corresponde agregar que la municipalización de servicios sanitarios —por una peregrina interpretación del principio de subsidiariedad— hace más grave el problema y disminuye los niveles de atención médica de la población.

Un párrafo aparte merece la proyectada Ley de obras sociales. Creadas por los trabajadores, sostenidas con su trabajo, las Obras Sociales brindaron a un porcentaje mayoritario de argentinos una efectiva cobertura de su salud. Es verdaderamente criminal que, por mezquinos intereses políticos, se interfiera en esa materia.

"LAS MUJERES ESTAMOS HUNDIDAS"

5.a. La legislación vigente en la materia es, en líneas generales, adecuada. La intención de quienes propician nuevos regímenes es inventar mecanismos que falseen la representatividad popular. Al peronismo no le preocupan los experimentos de esos aprendices de brujos: con las formas que quieran, con los controles que se les ocurran organizaremos nuevamente nuestro Partido y volveremos a poner en las urnas siete millones de votos.

5.b. Sin dudas, sería recomendable poner en vigor la Constitución Nacional legítima, es decir la de 1949, ya que ella contiene los elementos valiosos que pueden adicionarse al texto de 1853-60. Pero cuando ahora se habla de reforma de la Constitución se piensa en otra cosa, se quieren dar roles que no resultan compatibles con las instituciones republicanas, establecer —con jerarquía constitucional— una normatividad económico-social que repudia el conjunto del pueblo argentino. En ese sentido, la respuesta a cualquier intento de reforma constitucional es obviamente negativa.

5.c. Me parece un tema vacío, menor. En los partidos hay —contra lo que es común afirmar— una permanente renovación de los cuadros dirigentes, dentro de las características propias de la política.

ELECCIONES UNA SOLUCION INDISPENSABLE

5.d. Creo que las concepciones **"feministas"** son —en sociedades como la nuestra— verdaderamente deformantes de la visión de conjunto. Las mujeres no estamos **"marginadas"**, estamos hundidas en un mundo de explotación generalizada que nos obliga a dejar nuestros hogares, abandonar a nuestros hijos y trabajar en cualquier cosa para asegurar su subsistencia. Este gobierno, que nos atosiga con esa cursi avalancha de "jingles" familiares, destruye —con sus hechos— a la familia argentina.

En cuanto a los jóvenes, no puede omitirse la referencia a que hemos vivido estos cuatro años bajo una suerte de "período de sospecha". Una Nación que amordaza a su juventud, está preparando su fin. Los jóvenes suelen decir cinco disparates por cada verdad, pero son esas verdades las que permiten el avance del mundo. La cultura de Occidente es hija de la libertad, no de la mordaza, pero hay quienes hacen todo lo posible para que nuestra cultura sea la propia de una sociedad autocrática.

6.1. La política de una Nación es, esencialmente, su política exterior y en esa materia —ya por mezquinos intereses internos, ya por una incapacidad demasiado evidente de los responsables del área— el país anda a los tumbos.

a) No se entiende el sentido del restablecimiento de relaciones a nivel de embajadores con Inglaterra. Es público —y las recientes declaraciones del representante británico en Brasilia lo demuestran— que nada ha mejorado en las negociaciones acerca de la devolución de nuestras islas Malvinas con relación a la fecha en que nuestro gobierno retiró su embajador en Londres.

b) Este repentino "enamoramiento" con el Brasil carece de explicaciones racionales. Se ha presentado la negociación sobre las represas del Alto Paraná como un éxito, cuando hemos cedido en la altura de nuestra obra y en la ubicación de la misma. Tampoco es claro cómo vamos a avanzar en la complementación con Brasil; todo parece indicar que —dado el diverso desarrollo relativo— esa complementación solo servirá para acentuar el estancamiento argentino.

c) Respecto del conflicto austral prefiero no abrir juicio, por razones de elemental prudencia. Pero corresponde señalar que, por mezquinas razones de política interna, el Gobierno ha omitido mencionar el principal hecho por el cual no nos compromete el laudo británico, esto es que el compromiso arbitral, suscripto por el anterior gobierno militar, carece de validez constitucional por su falta de ratificación. Tampoco se comprende la desidia con que se ha manejado la cuestión de los mapas adulterados de la presentación chilena.

d) La cuestión de los Derechos Humanos debilita nuestra posición internacional en todos los frentes. Desgraciadamente no se trata de una mera cuestión de "imagen" sino de una desoladora realidad, que no se modifica —precisamente— con la conducta que pone de manifiesto el Gobierno en la materia y que compromete seriamente el prestigio internacional de la República.

6.2. En lo político interno es indispensable el inmediato retorno al Estado de Derecho. En ese sentido no existe argumento valedero que pueda justificar la elección del próximo presidente por la voluntad de tres personas. Las Fuerzas Armadas deben convocar de inmediato a elecciones generales, sin proscripciones de ninguna naturaleza, y entregar el gobierno a quienes el pueblo decida. Mientras tanto, debe contribuir a la pacificación de los argentinos aclarando la suerte de los desaparecidos, sancionando a los responsables y poniendo en libertad a todos los presos políticos, comenzando por la señora María Estela Martínez de Perón.

6.3. En lo económico, debe darse un giro de 180 grados; el problema esencial de la Argentina es el subdesarrollo y carece de sentido combatir sus causas si no se alteran las estructuras económicas que lo determinan. La Argentina, a riesgo de quedar definitivamente marginada del selecto grupo de países con viabilidad, debe hacer ya un serio esfuerzo productivo, centrado esencialmente en el desarrollo de sus industrias de base y en la integración horizontal y vertical de sus estructuras productivas.

CUESTIONARIO A RESPONDER

1) ¿Qué opina usted del "Diálogo Político" abierto por el actual gobierno?
2) ¿Qué críticas formula a la conducción económica?
3) ¿Qué críticas formula a la conducción de la actividad gremial?
4) ¿Qué críticas formula en los planos de la educación (en los tres niveles) salud pública y bienestar social.
5) Respecto del futuro institucional se abren varios interrogantes:
a) ¿Debe elaborarse un nuevo estatuto de los partidos políticos y bajo qué supuestos?
b) ¿Es necesaria una reforma constitucional, en qué sentido?
c) ¿Tienen que renovarse las estructuras partidarias?
d) ¿Cuál debe ser el rol de las mujeres y de los jóvenes en el nuevo ordenamiento político?
6) ¿Cuáles son, a su juicio, los problemas prioritarios del país y en qué dirección es necesario actuar para solucionarlos?



La Sugestiva Intimidad

1 Un original camisón corto re
en algodón rayado, en color t
con fondo blanco. Las mang
tres cuartos. El cuello es ce
tiene un ribete al tono. Pe
tajos laterales, también ribe

2 Mirta luce un divertido en
pantalón corto, diseñado en
color celeste, con ribetes
La prenda se abrocha con b
a presión y se ajusta a la cin
un lazo al tono.

3 La modelo exhibe un sobrio
de corte imperio, confeccion
jersey color blanco. El esco
V, profundo, y tiene lazo y
alrededor. Las mangas son t
cuartos y terminan amplias. (

4 Un distinguido camisón línea
que se anuda a la altura de la
con tiras finas. Tiene el co
drapeado, con aplicación de
en un costado. A partir de la c
un tajo lateral.

5 Un tibio camisón de viyela, tip
antigua, estampado en libe
cuello es cerrado con vola
botones que llegan hasta la c
Las mangas son largas, con v
en los puños.

6 Mirta luce un atractivo cam
jersey de color azul con
blancas. La prenda tiene un pr
escote en V, breteles finos y
laterales que comienzan a la a
de la cadera. Totalmente ribet
en blanco. (Tenue)

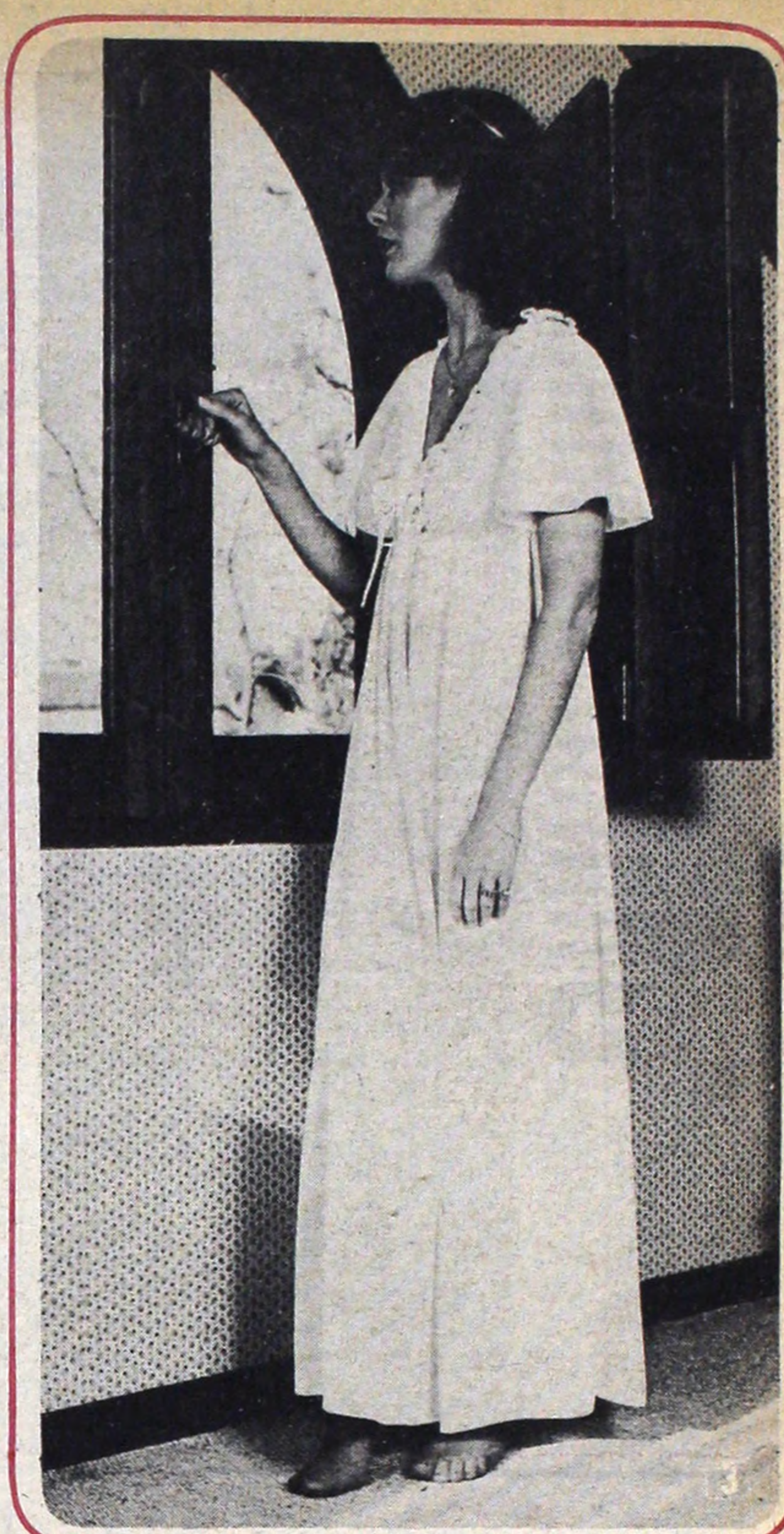
DIRECCION:
Tenue, Juncal 1629

PRODUCCION:
Graciela Zito









6

Dos delicados visones en tonos champagne y blanco. De líneas simples y armónicas. El primero lleva detalle en la misma piel que se inicia en el cuello y se prolonga hasta la delantera simulando bolsillos. El otro abrigo tiene cuello amplio y mangas de estilo clásico. Ambas pieles son importadas y los modelos exclusividad de Charles Calfun. Ideales para usar de día o en elegantes reuniones nocturnas. Dos prendas de última moda.





Sobrio tapado de visones blanco y un impactante chaleco con original tramado en la misma piel que realza el espectacular conjunto. El visón es el rey de la temporada 1980.

Las Nuevas Pieles Para el Invierno

Visones, zorros, ocelotes y astrakanes de Canadá, Rusia, México y Europa, fueron presentados por Charles Calfun para inaugurar su nueva casa.

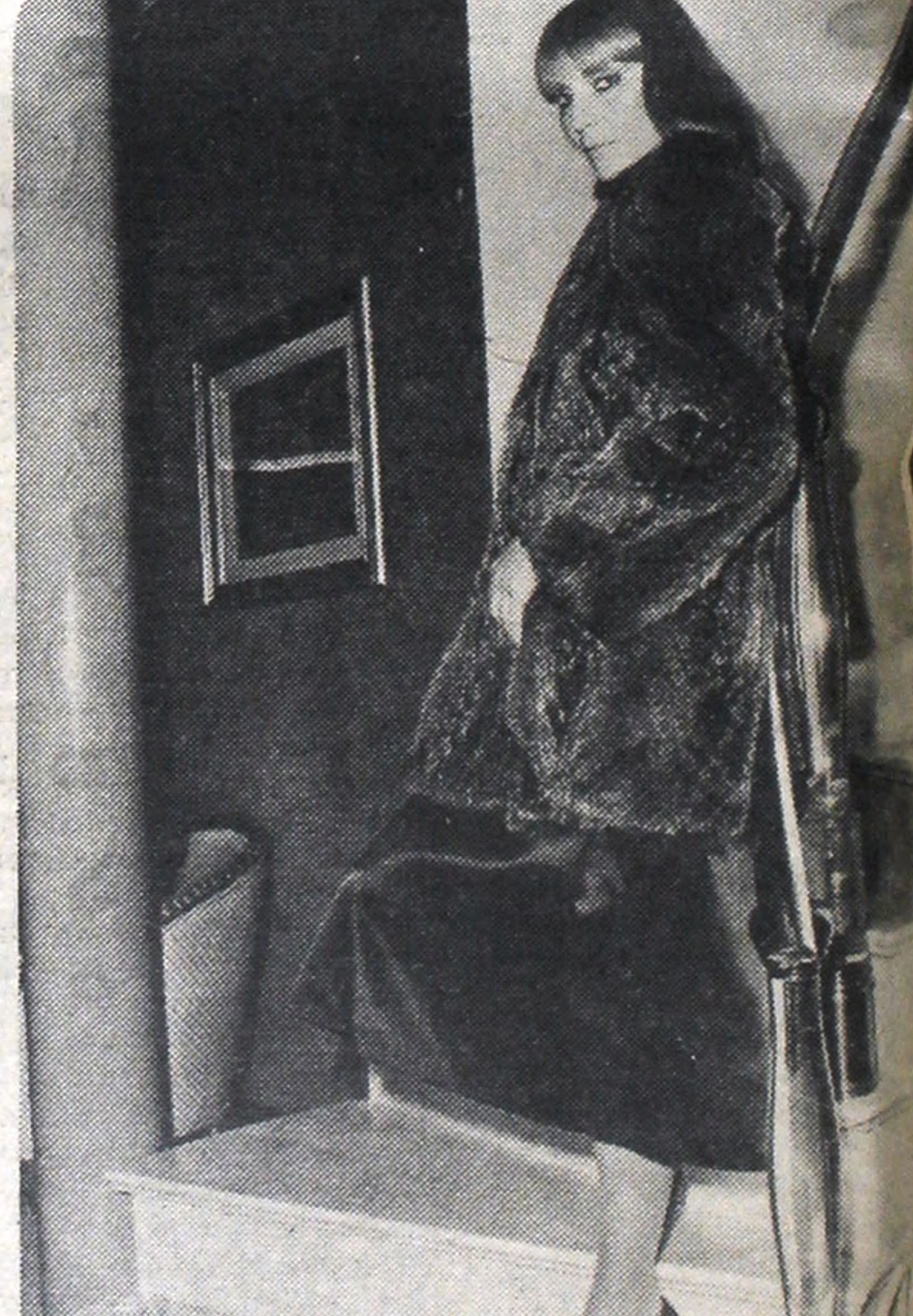


Los zorros blancos dieron el toque de relieve en esta presentación de pieles. En esta foto, la modelo luce un vistoso y abrigado tapado que cubre la pierna. Como en el resto de la colección, impera la sobriedad en el corte de este abrigo espectacular. Esta es otra exclusividad realizada en suntuosas pieles importadas. Es una creación que merece estar presente en su guardarropas de esta temporada.



Dos originales y prácticas camperas deportivas creadas en finísimas pieles. En la primera, se destacan terminaciones de cuello y puños en lana. La otra, es de flancos de nutria salvaje con amplio cuello.

Una variada gama de matices amarronados se luce en este cálido sacón tres cuartos de chinchillas rusas. La exclusividad de la cotizada piel y la línea simple, pero moderna, de este abrigo lo hacen indispensable para llevar con vestido o pantalón de vestir. La modelo muestra el nuevo estilo de mangas voluminosas con hombros y puños redondeados.



TUNICA DE ESTILO KIMONO

Túnica de estilo kimono ajustada al talle por un cinturón anudado.

Para su realización se precisan (talles 38-40-42) 2,35 metros de tejido en 90 centímetros de ancho, o bien 1,75 metros en 140 centímetros.

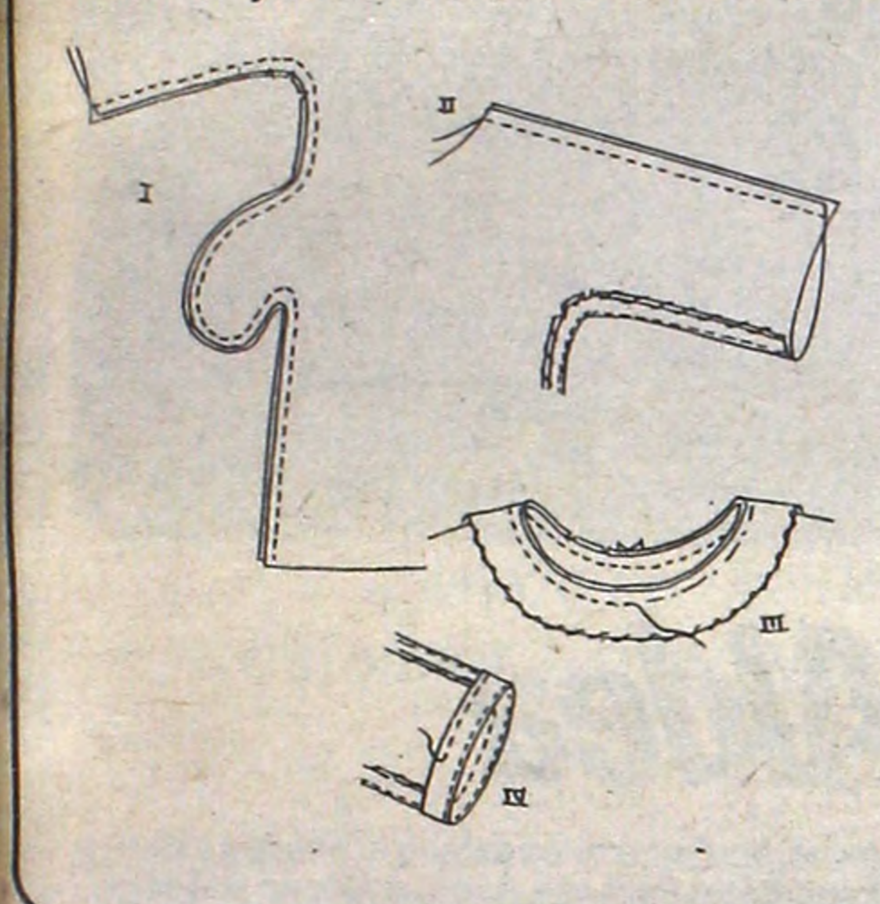
I. Se unen el delantero y la espalda por las costuras de los lados, siguiendo el contorno de los fondos de bolsillo.

II. Se cosen las costuras de los hombros.

III. Se cose la costura del centro de la espalda, del refuerzo del escote. Se hilvana dicho refuerzo en la túnica. Se cose. Se le da vuelta hacia el interior y se hilvana. Por el derecho se hace un pespunte en el escote a 2 mm. y otro a 2 cm. del borde. Se deja una abertura para deslizar el elástico.

IV. Se hace un dobladillo de 2 cm. en el bajo de la manga. Se desliza por él el elástico que la cerrará.







MINIMOLDES ★ TEJIDOS ★ ACCESORIOS ★

COMBINACION-PANTALON

He aquí una combinación-pantalón ajustada en el talle por medio de un elástico y adornada con el cuello, vueltas de los puños y vistas del delantero de un color opuesto.

Para su realización (talles 38 - 40 - 42 - 44) se precisan:

38-40: 2,15 m. de 140 cm. de ancho y 0,35 m. de tejido de color opuesto.

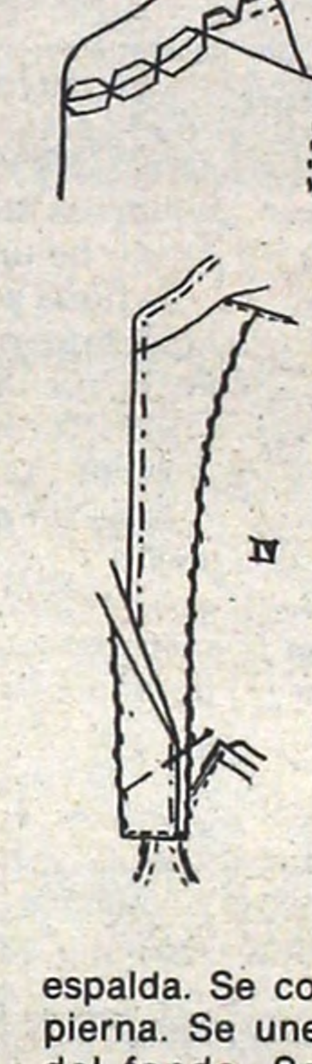
42-44: 2,55 m. de 140 cm. y 0,35 m. de tejido de color opuesto.

3,65 m. de 90 cm. y 0,50 m. de tejido de color opuesto.

CONSEJOS DE COSTURA

I - Se indica en el delantero el emplazamiento del bolsillo y su longitud por medio de un hilván. Se pasa otro hilo de hilván a 3 cm. debajo del primero. Se dobla en dos el borde del bolsillo: se cosen los extremos y se le da vuelta. Se aplica en la prenda, situando el borde doblado contra el hilo del hilván inferior. Se hilvanan los fondos de bolsillo. Se corta el tejido del delantero entre los dos pespuntes. Los extremos se cortan en "V" y se les da vuelta. Se cose sólidamente la punta en cada extremo. Se fija esta tapa por un pespunte, a cada lado. Se cierran los fondos de bolsillo.

II - Se unen las costuras del hombro. Se monta la manga. Se coloca una entretela y se dobla el borde del cierre hacia el revés. Se reúnen el delantero y la espalda. Se cose la entrepierna. Se une la costura del fondo. Se coloca el elástico repartiendo regularmente los frunces, en el lugar indicado.





III - Se monta el cuello en la prenda.

IV - Se unen el cuello y las vistas. Se hilvanan en la prenda.

Se cosen los bordes del delantero y del cuello. Se les da vuelta. Se hilvanan los bordes. En la espalda se fija el cuello por un pespunte-nervio. Se prepara el puño, se monta en la manga.

Se hilvana el dobladillo inferior, se colocan las hombreras. Se hacen poner broches de presión metálicos.

BLUSA LARGA

He aquí un modelo de blusa-camisa fruncida en un canesú cortado, sin costura de hombro. Las mangas largas van fruncidas y los puños, abotonados. El delantero se cierra por medio de botones. Si se desea, se puede ceñir la blusa con un cinturón.

Talle "36-38-40-42".

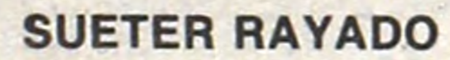
36: 2,80 m. de tejido en 90 cm. de ancho, ó 1,70 m. en 140.

38: 3,40 m. de tejido en 90 cm. de ancho, ó 1,80 m. en 140.

40: 3,70 m. de tejido en 90 cm. de ancho, ó 1,80 m. en 140.

42: 3,70 m. de tejido en 90 cm. de ancho, ó 2,00 m. en 140.





CONSEJOS DE COSTURA

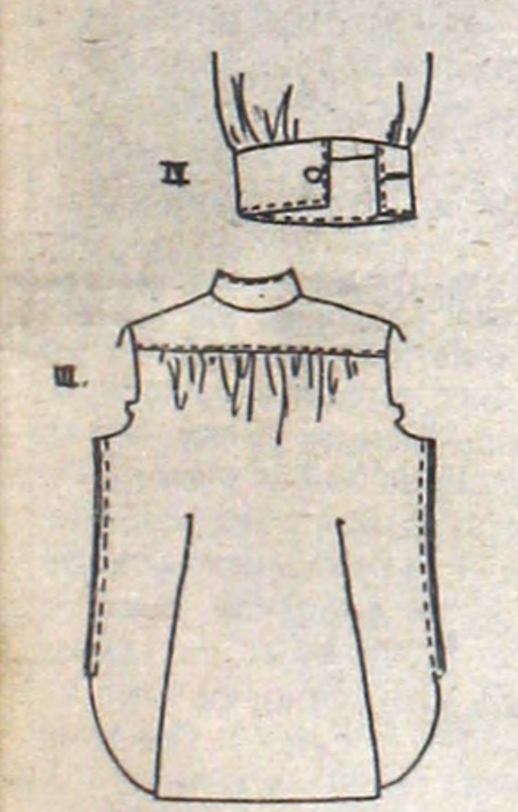
I. Se frunce la parte alta de la espalda y del delantero. Se monta el canesú del hombro en el delantero y en la espalda.

II. Se prepara el cuello. Se hilvana y se cose derecho contra derecho. Se le da vuelta y se monta en el escote.

III. Se cosen las costuras de los lados, dejando el bajo redondeado abierto.

IV. Se prepara la manga, se monta el puño y se coloca la misma en la sisa.

Se hacen los ojales y se cosen los botones.



SUETER RAYADO

Talle 38/40 (42/44/46)
Agujas Nº 3—3½. Tiempo de realización: 38 horas.
Puntos empleados: Elástico 1/1 y Jersey derecho.
Muestra: Jersey der. 10 cm — 18 p. y 26 v.



ESPALDA

Se montan 79 p (83-87) con las agujas Nº 3 col. espuma. Se trabajan en punto elástico 1/1. A 7 cm. de altura total, se continúa en jersey der. con las agujas Nº 3½, añadiendo 1 p. a cada lado, en la primera vuelta.

A 44 cm. de altura total, se forman las sisas. Se cierran, a cada lado, cada 2 v.: 2 veces 2 p., 2 veces (3 veces - 4 veces) 1 p.

A 62 cm. (63-64) de altura total, se forman los hombros, cerrando, a cada lado, cada 2 v.: 7 p., 2 veces 6 p. (2 veces 7 p. 1 vez 6 p., 3 veces 7 p.). Simultáneamente, a la segunda disminución de los hombros, se forma el escote, cerrando los 21 p. centrales y luego, a cada lado, 5 p.

DELANTERO

Se montan 83 p. (88-93) con las agujas Nº 3, color espuma. Se trabajan en punto elástico 1/1 durante 7 cm. Se continúa en jersey con las agujas Nº 3½, añadiendo 1 p. a cada lado, en la primera v. Se colocan los colores de la manera siguiente: °17 p. (18-19) col. espuma°. Se repite de ° a °, 2 veces en total, terminando por 17 p. (18-19) de color cáñamo. Se continúa el delantero, desplazando cada color de un punto hacia la derecha, para formar las rayas en diagonal.

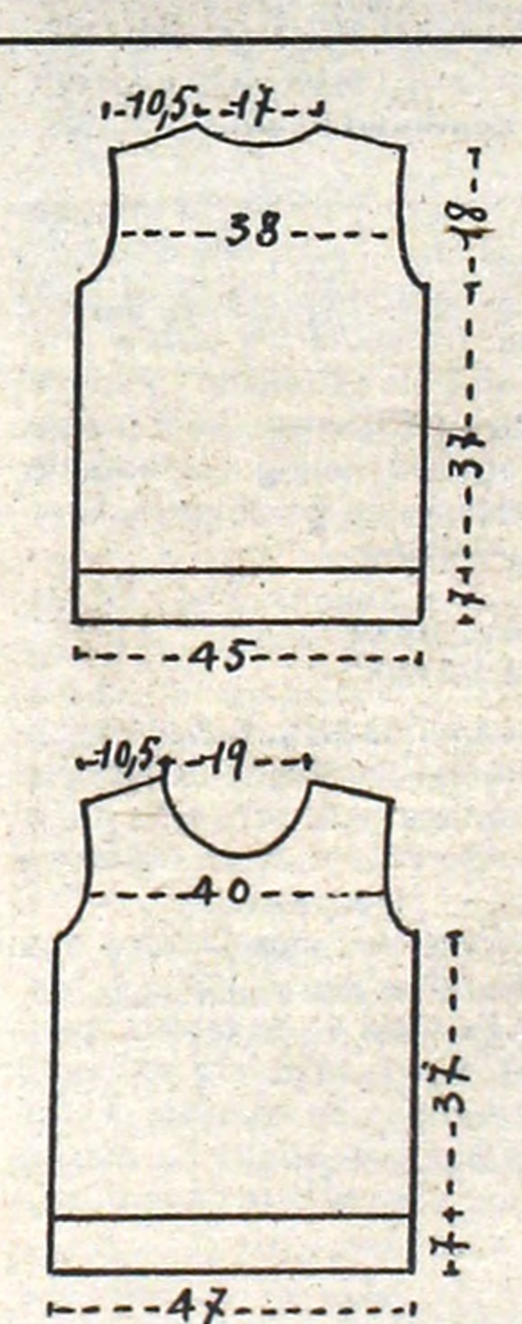
A 44 cm. de altura total, se forman las sisas, cerrando, a cada lado, cada dos vueltas: 2 veces 2 p., 2 veces (3 veces, 4 veces) 1 p.

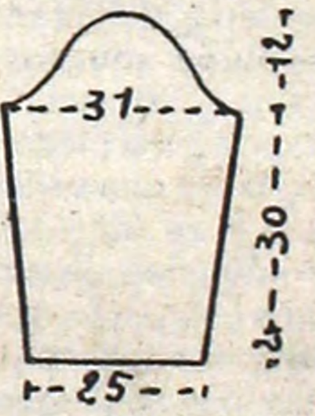
A 54 cm. (55-56) de altura total, se forma el escote, cerrando los 7 p. centrales (8-9), terminando cada lado separadamente y cerrando, por el lado del escote, cada 2 v.: 5 veces 2 p. y 4 veces 1 p.

A 62 cm. (63-64) de altura total, se forma el hombro como en la espalda. Se termina el otro lado encarado.

MANGA IZQUIERDA

Se montan 44 p. (46-48) con las agujas Nº 3, col. espuma y se trabajan en punto elástico 1/1. A 2 cm. de altura, se continúa en jersey der. con las agujas Nº 3½, aumentando, a cada lado, 5 veces 1 p., cada 5 cm.





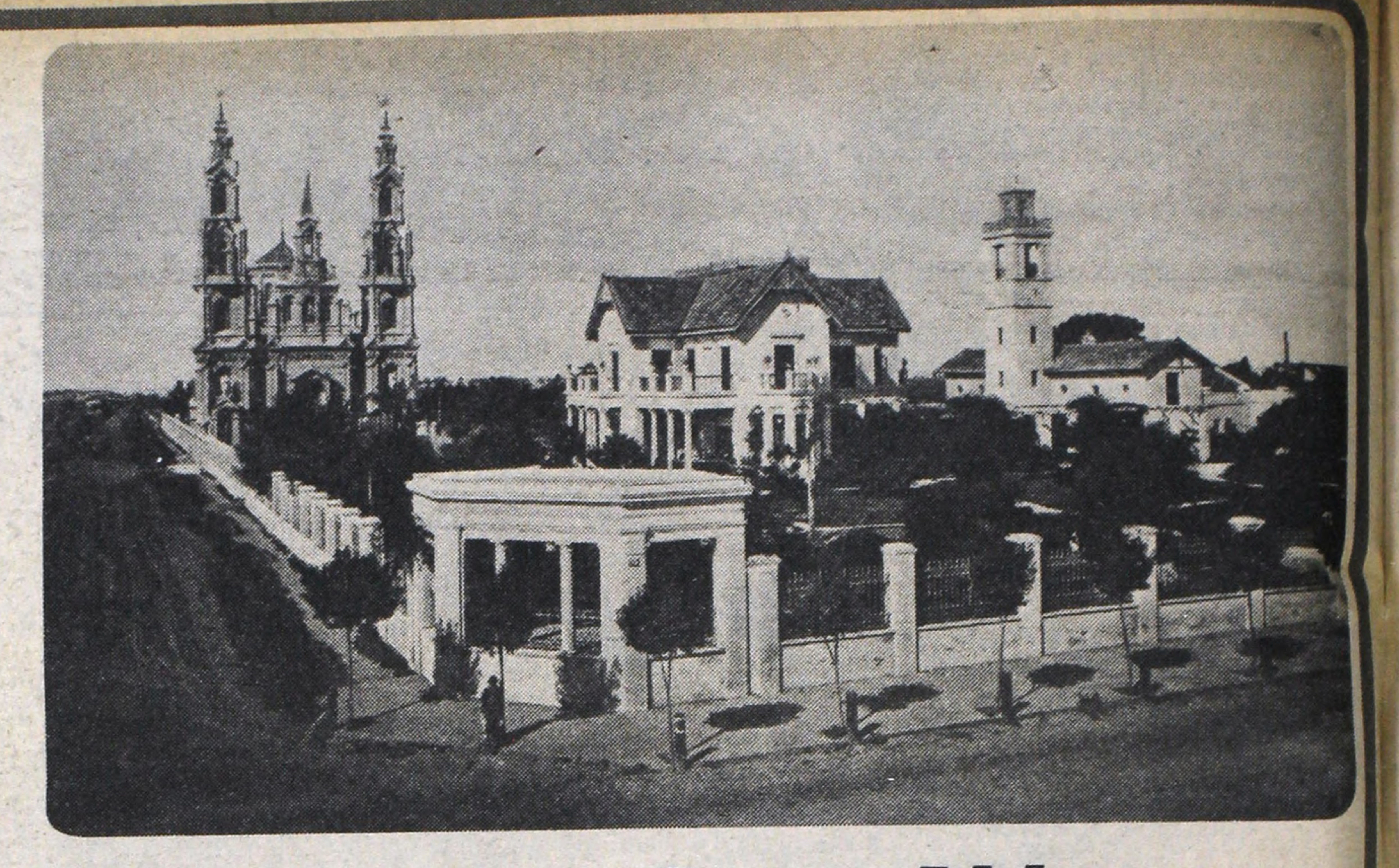
A 32 cm. de altura total, se cierran, cada 2 v., a la derecha, 2 veces 2 p., 11 veces (12-13 veces) 1 p. A la izquierda: 4 p., 3 p., 12 veces (13-14 veces) 1 p. y luego, a cada lado: 3 p. Se cierran los puntos que quedan. Se trabaja una segunda manga

MONTAJE

Se unen el delantero y la espalda por un hombro.

Escote: se recogen, con la agujas Nº 3, col. espuma, 106 p. (108-110), y se trabajan en punto elástico 1/1. Se cierran todos los puntos en la cuarta vuelta. Se cierra el segundo hombro. Se montan las mangas. Se cierran las costuras de los lados y de las mangas.

Caminar por las calles del Barrio de Barracas puede ser una aventura singular, ya que éste es uno de los lugares más antiguos de la ciudad de Buenos Aires. Cada sitio tiene su historia propia, mezcla de leyenda y pasado que le confiere un signo particular. En la actual avenida Montes de Oca, a la altura de la calle Pinzón, se levanta un templo llamado "Santa Felicitas". Y esta iglesia, testimonio vivo de una lejana época de Buenos Aires, tiene un origen sumamente especial...



Cuando la Ciudad era una Gran Aldea

Corría el mes de enero de 1872. Los habitantes de la Gran Aldea estaban reponiéndose de la horrible pesadilla que una epidemia de fiebre amarilla había desatado el año anterior. No solo había ocurrido eso: también, durante la última nochebuena, el vapor "América" se había hundido en aguas del Río de la Plata.

Faltaba aún otra triste sorpresa para los habitantes de la ciudad. Esta vez serían dos muertes, a la auténtica manera de una tragedia pasional.

Por ese entonces, vivía en el barrio de Barracas la acomodada familia constituida por don Carlos Guerrero Reissig, su esposa, Felicitas Cueto y Montes de Oca, y su hija, la bella y agraciada Felicitas.

Esta jovencita, prácticamente una niña aún, era, según Carlos Guido Spano, "**la mujer más hermosa de la República**" y en razón de semejante belleza llegaron a considerarla la "**joya de los salones porteños**". Era la perfección: Sin tener mucha altura, esbelta; de rostro oval; cabellera castaña; ojos pardos y dulce mirada. Los pretendientes conformaban una nutrida corte. ¡Nadie en ese momento hubiera imaginado el oscuro y trágico final que le esperaba a la niña Felicitas!

EL CASAMIENTO

La bella joven no desposó a un hombre de edad aproximada a la suya, sino a un acaudalado anciano, de nombre Martín de Alzaga, quien era descendiente del famoso alcalde y dueño de una inmensa fortuna.

La boda se celebró en 1862, y de esa cuestionada unión nació un niño, a quien llamaron Félix, que falleció a los 6 años, en 1869.

Don Martín, el anciano padre, no soportó el dolor de esa terrible pérdida y dejó viuda a su esposa un año después, el 17 de marzo de 1870.

La atractiva Felicitas era, a los 26 años, inmensamente rica y había quedado en libertad para formar por segunda vez un hogar.

La joven viuda retornó por un tiempo a la casa de sus padres, la célebre mansión en Barracas, e inmediatamente volvieron a asediarla caballeros de toda edad y apostura.

Felicitas pareció simpatizar con Enrique Ocampo, un muchacho que pertenecía a un hogar estimable y cuya actuación social era altamente reconocida.

La relación parecía marchar sobre ruedas, ya que ambos se estimaban y compartían muchos momentos, pero el destino condenaría nuevamente a la bella niña de Barracas.

EL TRAGICO FINAL

Un nuevo obstáculo se interpuso en el camino. Durante una visita que la niña hizo al campo, conoció a otro muchacho, y se alejó de Enrique Ocampo, para afianzar más el vínculo con el nuevo pretendiente.

Esto enfureció de celos y dolor a Ocampo, y el clima se hizo aún más tenso cuando se habló de posible matrimonio.

Por esa razón, la tarde del 29 de enero de 1872, el antiguo novio se acercó a la mansión de la familia para dialogar con Felicitas. Cuando llegó, la joven no estaba.

Justo cuando iba a retirarse, vio aparecer a su amada en un carruaje, en compañía de una tía, llamada Tránsito Cueto. Venían del "centro" donde habían ido a hacer algunas compras y un grupo de familiares y amigos las esperaban en la glorieta de la esquina de la mansión. Entre ellos estaba el posible y nuevo candidato, llamado Samuel Sáenz *Valiente*.

Ocampo pidió hablar con Felicitas, y ésta finalmente le recibió a solas.

Durante un rato, solo se oyó discutir. Y luego, los gritos finales. Cuando los familiares se acercaron, Felicitas y Enrique, antiguos enamorados, yacían en el piso, heridos, y el cuadro anticipaba dolorosamente sus muertes.

LA IGLESIA DE SANTA FELICITAS

Hacia 1879 los padres de la desgraciada niña mandaron construir un templo en su memoria, que se llamó "Santa Felicitas". Este lugar, que aún hoy se conserva, es muestra inequívoca de la historia que lo motivó.

Hay varios bustos en su interior: los de los esposos Guerrero; el de Martín de Alzaga, y otro, muy simbólico, que representa a Felicitas junto a su pequeño hijo Félix cuando *aún* éste era pequeño.

Allí la vida y la juventud le sonreían a la bella barraqueña de la Gran Aldea, cuando nada hacía suponer su amargo final.

****

Curiosidades Técnicas y Científicas

EL RAYO LASER DETECTA LOS DIAMANTES FALSOS

De la misma manera que las huellas digitales identifican con certeza a una persona, el rayo laser, esa maravilla de la técnica moderna, detecta con precisión, entre un montón de diamantes puros, aquellos que fueron fabricados artificialmente por un falsificador.

"Si se expone una piedra falsa a los rayos laser, se obtiene la proyección de una serie de manchas más o menos simétricas. Pero si se trata de un diamante verdadero, el rayo parte en múltiples direcciones, proyectando sobre una pantalla una imagen parecida a un cielo estrellado", explica el cronista científico del periódico parisiense "Le Figaro".

Así, en pocos segundos, es posible distinguir mediante este método comparativo los diamantes falsos deslizados en una colección de piedras verdaderas.

UNA BAÑERA A BASE DE ULTRASONIDOS

La bañera de ultrasonidos fue una de las principales curiosidades de una exposición de arte doméstico realizada en Osaka (Japón). La gente se agrupaba para admirarla y sus inventores aseguran que en el año 2000 todo el mundo la tendrá en sus hogares.

Con ella desaparecerán los grifos, los mezcladores que siempre vierten agua demasiado caliente o demasiado fría. Bastará con apretar uno de los botones de un teclado para obtener agua a la temperatura excata inscripta en dicho botón. Una vez que la persona termina de bañarse, un generador de ultrasonidos la enjuaga y le ofrece un masaje intenso por todo el cuerpo. "Uno sale de esta bañera rejuvenecido", afirman quienes la probaron.

EL "HOMBRE-PLANTA": ¿CIENCIA FICCION O REALIDAD FUTURA?

¿El organismo del hombre del futuro podrá fabricar, como las plantas, gracias a la clorofila, la energía necesaria —azúcar, proteínas, etcétera—, partiendo de la luz del sol...?

"Por el momento, la idea parece de cienciaficción, pero nuestros investigadores deberán descubrir en los próximos siglos una fórmula que permita crear hombres-plantas", escribe con toda seriedad el doctor Dominic Recaldin, de la London University, en una revista científica norteamericana. "Así —precisa—, se podría solucionar de manera definitiva el problema del hambre en el mundo".

¿Cómo lograr que el hombre se apropie del fenómeno de la fotosíntesis? Al parecer, bastaría con que conserve en forma permanente bajo la piel una dosis suficiente de clorofila, a fin de que se opere la mutación, y también de que tenga un pie (¿o una raíz?) en el mundo vegetal.

UNA CASA DE PAPEL QUE DURA VEINTE AÑOS

Resistente a las inclemencias del tiempo, inatacable al moho, totalmente incombustible y capaz de conservarse en buen estado durante veinte años son las cualidades del nuevo tipo de construcción basado fundamentalmente en el papel y realizado por un equipo de ingenieros norteamericanos.

En realidad, el material utilizado está formado por una amalgama de papel, resina y fibra de vidrio. Este método, muy económico, permite construir alojamientos baratos, de una sola planta, destinados, por ejemplo, a escuelas, garajes e incluso hangares.

2000 BISONTES EN EL MUNDO

La raza de los bisontes, que hace 60 años parecía condenada a la desaparición, ha logrado ser salvada. La cifra de 2000 cabezas que, según los especialistas, marcaría el éxito de la campaña de preservación de la especie, lanzada en 1925, fue obtenida por fin con un nacimiento registrado el pasado año en Polonia.

Para celebrar el acontecimiento, el vespertino polaco "Express Wieczorny" organizó un concurso para hallar el nombre del recién nacido.

Según la nomenclatura internacional, el animal —que vive en libertad en el bosque de Bialowieza, al noreste de Polonia— deberá llevar un nombre que comience con la sílaba "Ka".

ASOMBROSO AUXILIAR DE LA POLICIA INGLESA

Los especialistas del laboratorio de investigaciones de Scotland Yard, la célebre policía inglesa, se dedican desde hace algunos meses a una extraña ocupación: la cría de pequeñas moscas carnívoras, las cuales, en el futuro, podrán contribuir a la búsqueda de cuerpos humanos enterrados.

En efecto, estos insectos detectan mejor que un perro la presencia de un cuerpo sepultado a varios metros bajo la tierra. Liberadas a ras del suelo, las moscas carnívoras, que vuelan en enjambre, dan vueltas y pronto se inmovilizan encima del sitio en que se halla enterrado el cadáver.

CAZA A LOS BEBES-FOCAS

Las malas condiciones atomosféricas en el golfo de Saint-Laurent, en el Canadá, podrían impedir a los cazadores costeros de bebés-focas de las islas de la Magdalena alcanzar la cifra máxima establecida de 13.544 pieles.

Esta categoría de cazadores, que agrupa a los propietarios de una media docena de pequeños barcos de menos de 13 metros, resultaron víctimas de las ventiscas, hasta el punto que sólo pudieron obtener 5.000 pieles de bebés-focas desde el pasado 1º de marzo. En cambio, los cazadores de altura de estas islas, situadas al este de Gaspesie (Quebec), esperan obtener su cuota de 20.000 pieles.

Por otra parte, la oficina del primer ministro canadiense, Pierre Elliot Trudeau, en Ottawa, se vio desbordada por innumerables llamadas telefónicas del mundo entero, en señal de protesta por la caza de los bebés-focas.

La Alergia, una Afección que Ataca a Niños y Adultos



Un 10% de la población mundial sufre algún tipo de "alergia". Entre las más comunes se cuentan el asma, urticarias, eczemas y la provocada por medicamentos. Esta es una de las más peligrosas porque su desenlace es fatal. En el Instituto Argentino de Alergia e Inmunología se ofrecen charlas a pacientes y familiares sobre esta afección que no es considerada una enfermedad. El conocimiento de sus causas, la detección rápida y un buen tratamiento pueden evitar males mayores.



La humedad ambiental, la crisis de la menopausia, determinadas actividades profesionales y hasta la aspirina, pueden ser elementos desencadenántes de la alergia.

Este mal, generalizado a todas las edades de la población, se instala en el organismo bruscamente. La ingestión de algunos alimentos o una larga exposición a determinados elementos considerados **"alergénicos"** pueden ser la causa de esta afección que, afortunadamente, es controlable.

LA ALERGIA NO ES UNA ENFERMEDAD

El doctor Damián Cortigiani, define a la alergia como un conjunto de síntomas que presenta el cuerpo humano como reacción ante la aparición de agentes extraños.

—Es una respuesta del organismo que generalmente se presenta en personas que tienen una predisposición familiar— aclara el alergista, miembro del Instituto Argentino de Alergia e Inmunología.



"La alergia es un conjunto de síntomas que presenta el cuerpo como reacción", dice el doctor Cortigiani, alergista.

—La afección más común es el asma bronquial. Esta se presenta a cualquier edad, aunque su aparición más frecuente es entre los 6 y los 8 años. Es un estrechamiento de los bronquios que impide la salida normal de aire.

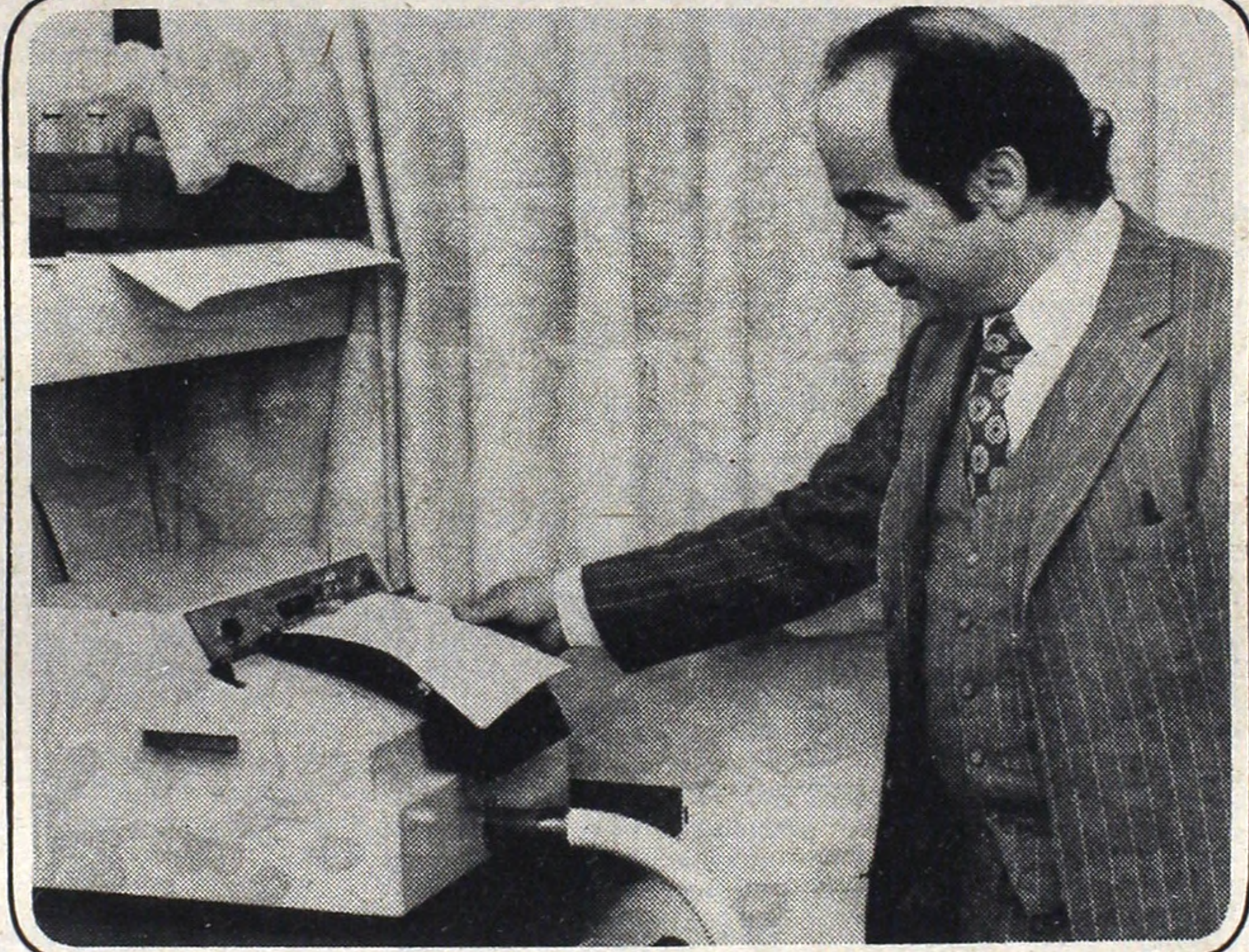
—¿Cuáles son las causas que originan el asma?

—Son varias. Puede desencadenarse por un problema físico, síquico o climático y hasta por una larga exposición a un agente alergénico, como el polen de una flor. También las bronquitis, tos convulsa o resfríos de repetición pueden provocar asma, siempre que haya una predisposición del individuo. En casos menos frecuentes, aparece con la menopausia.

—¿Se puede curar definitivamente?

—El primer factor a tener en cuenta, es la detección temprana de la afección. Se realiza mediante un espirógrafo que mide la capacidad pulmonar. Mediante pruebas de provocación bronquial, se detectan alergias pulmonares y cualquier otra anormalidad. Este estudio es conveniente hacerlo en hijos de personas alérgicas. Luego, el tratamiento consiste en la aplicación de vacunas desensibilizantes, broncodilatadores y corticoides. Con un buen tratamiento se pueden curar los síntomas.

El laboratorio de inmunología del Instituto Argentino de Alergia e Inmunología. Aquí se detectan alergias a través de métodos de radioinmunoensayo o "método RAS". Un eficaz avance científico.





El doctor Damián Cortigiani verifica los resultados de un test bronquial. El "espirógrafo" permite medir la capacidad pulmonar. La detección precoz de anormalidades respiratorias las hace curables.

ALERGIA AL TRABAJO

Determinadas actividades profesionales pueden acarrear trastornos en la salud. Una exposición prolongada con sustancias químicas en una fábrica es, a veces, el factor irritativo que provoca **"alveolitis alérgica extrínseca"**; una manifestación más de la alergia que se presenta con más frecuencia en nuestro tiempo.

El uso de cremas para embellecimiento puede provocar eczemas o **"dermatitis de contacto"**. Aunque este tipo de alergias se evita con el uso de cosméticos hipoalergénicos que se encuentran fácilmente en los comercios.

Lo importante es no confundir intolerancia del organismo ante el uso eventual de una crema o la ingestión de determinados alimentos, con la alergia que requiere un tratamiento adecuado. Los cítricos, el tomate, los derivados de los lácteos, el pescado, el chocolate y los huevos, son alimentos que originan reacciones alérgicas o urticarias.

Cuando se presentan este tipo de manifestaciones, se inicia una dieta que incluye leche de soja, cereales (trigo no), pollo, mandioca, batata, té y mate. Gradualmente, se incorporan carne vacuna, fideos de soja y maíz hasta encontrar el alimento que originó la reacción del organismo.

MEDICAMENTOS: ¡PELIGRO!

—La alergia más grave es la provocada por medicamentos —explica el doctor Cortigiani— **ya que puede ser mortal. Las drogas que generan este tipo de alergias son: penicilina, dipirona, iodo y aspirina. El uso de medicamentos que contengan alguno de estos componentes pueden causar urticarias o edemas en los párpados, labios, lóbulos o en la glotis. Esta última es mortal.**

—¿Cómo se previene?

—Las personas alérgicas deben hacerse una buena historia clínica y tomar medicamentos bajo prescripción médica únicamente. Esta recomendación es válida no solo para quienes son alérgicos sino para la generalidad de la población.

Uno de los métodos con que se detecta la alergia a medicamentos, es **"la prueba de Mathov"** que se utiliza en todo el país y en el extranjero. Es una prueba de **"provocación controlada"**. La pauta que determina la alergía a medicamentos la da la repetición de los síntomas, ya que a veces éstas pueden producirse por la idiosincrasia del medicamento o por acciones tóxicas.

CHARLAS INFORMATIVAS

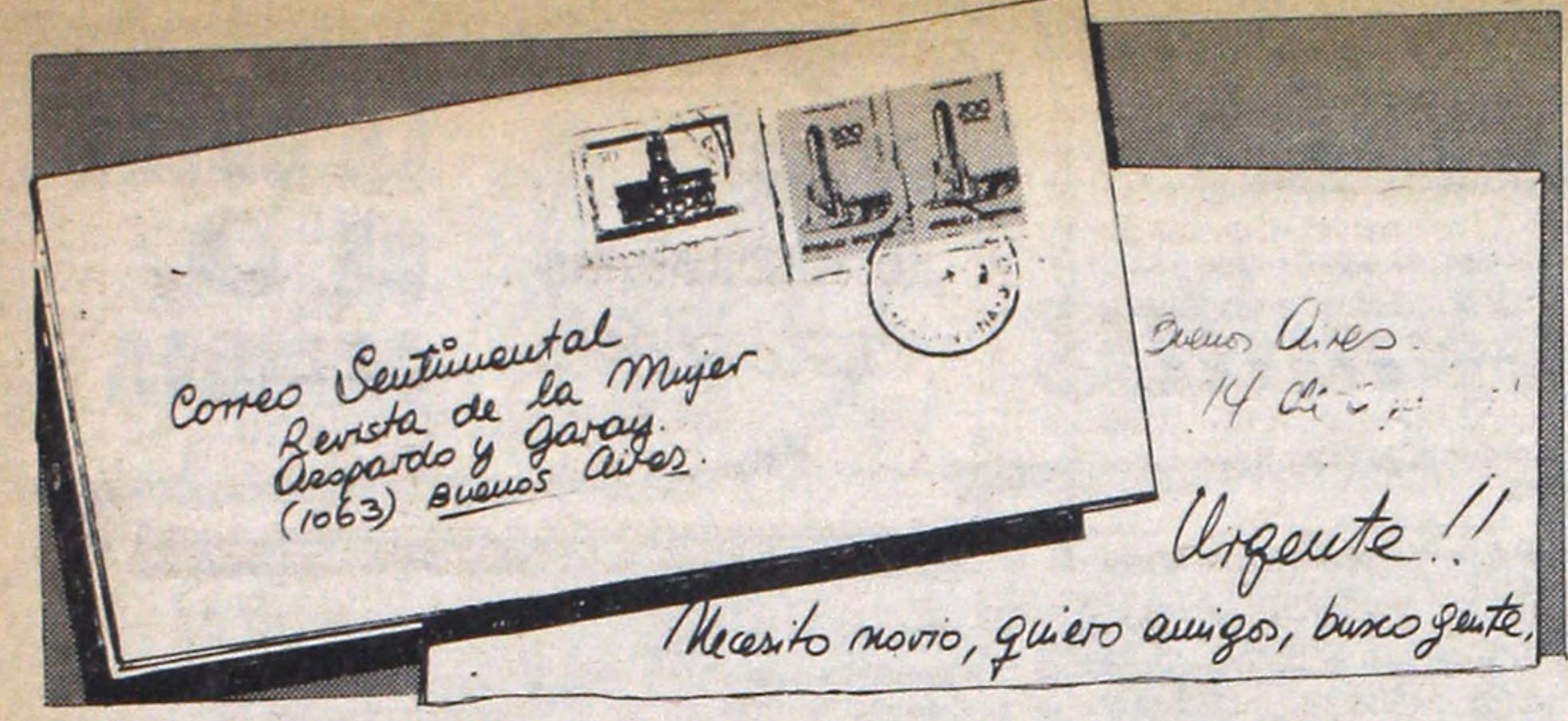
En el Instituto Argentino de Alergia e Inmunología, se ofrecen charlas con pacientes y familiares sobre las características de esta afección. Se explica el tratamiento y el diagnóstico. Además, se dictan cursos para médicos sobre asma bronquial, inmunología y alergia dermatológica.

En el laboratorio de inmunología se detectan las alergias a través de un moderno método de radioinmunoensayo o **"método RAS"**. El costo aproximado es de $ 100.000 para pacientes de obra social y de $ 190.000 para particulares.

Un test cutáneo cuesta $ 350.000.

El establecimiento, el primero en el país dedicado a esta especialidad, cuenta en su equipo médico a especialistas en reumatología, dermatología, siquiatría y sicólogía; prestigiosos alergistas y bioquímicos se dedican, además de la atención médica, a la investigación y docencia.

Los segundos y cuartos sábados de cada mes, se realizan charlas a partir de las 16 horas, en Medrano 291, Capital.



BUSCA AMIGAS

Deseo cartearme con mujeres que crean que un amigo no es quien ayuda a "matar las horas", sino alguien con quien podemos vivirlas. Escribir a: Martin E. Elli. 57 Nº 2615. San Andrés (1651). Pcia. de Buenos Aires.

AMISTAD

Quisiera relacionarme con chicas y muchachas de 23 a 35 años, para construir una sincera amistad. Mi nombre es Herminia Castillo y recibo cartas en Avenida Díaz Vélez 4752 Piso 10 (1405) Capital Federal.

CHICOS Y CHICAS

Desea recibir cartas de jóvenes de 17 a 21 años, para establecer una amistad. Escribir a:Marcela Medrano. Alberto Einstein 370 C. P. 1437. Capital Federal.

HOMBRES SERIOS

Tengo 24 años y desearía cartearme con hombres serios, comprensivos y responsables que tengan entre 25 y 35 años. Mi nombre es Mariana Romero. Escribir a: Gallo 1055 (1172) Capital Federal.

BUENAS INTENCIONES

Deseo relacionarme con una joven de 30 a 35 años, con buenas intenciones. Yo tengo 39, mido 1,81 m. y mi nombre es Benjamín González. Escribir a: Melián 1880 (1430) Capital Federal.

SEPARADA

De 18 años, con un hijo pequeño, necesita la compañía de alguien que quiera formar un hogar. Escribir a: Nancy Bazán, Moreno 2550 3ºN Mar del Plata (7600).

QUINCEAÑERA

Busca cartearse con chicos y chicas de 15 a 20 años. Le gusta bailar, las poesías de amor, la música y coleccionar tarjetas de todo tipo. Escribir a: Patricia Lescano. Mario Bravo 660. Dpto. 2 Avellaneda (1870) Pcia. de Buenos Aires.

CORAZON ESPERA

Viudo de 70 años, jubilado ferroviario, desea unir su vida a una mujer mayor de 60, que sea dulce y comprensiva. Escribir la primera carta a: Nicolás Autera. Juan José Paso 1721. Florida (1602) Pcia. de Buenos Aires. Luego, recibe correspondencia en: San Luis 251. Pergamino (2700) Pcia. de Buenos Aires.

DESMENTIDO

El señor Juan C. Román niega haber enviado una carta a este correo sentimental y por lo tanto solicita se abstengan de hacerle llegar correspondencia alguna.

AMIGOS CON FOTOS

Somos 5 amigas, de buena presencia, y queremos relacionarnos con jóvenes cultos de 23 a 26 años, para entablar una amistad. Nuestros nombres y edades son: Nora (19), Sara (20), Patricia (21), Alicia (23) e Irene (23). Prometemos contestar todas las cartas. Escriban a: Luis Sáenz Peña 464. 3er. Piso Dpto. 6 C.P. 1110. Capital Federal.

SOLTERO, CON URGENCIA

De 45 años, tímido y muy trabajador, con comercio y vehículo desea relacionarse con joven de 20 a 35 años, cariñosa y comprensiva. Tiene fines serios. Espera carta, Roberto Palese. Poste Restante 1770. Estafeta Aldo Bonzi.

VIUDO

De 24 años, con un hijo de 3, busca muchacha seria, de 24 a 30 años para formar un hogar. Escribir a: Alejandro Rodríguez. 17 de Agosto 560. Villa Bosch.



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Los signos de la "gente nochera": Acuario, Capricornio, Libra. A estos nativos les encanta trabajar de noche, pero en la segunda etapa de su vida; después de los 42, años se cansan mucho. No obstante, siguen la misma vida, trabajando hasta altas horas, sin darse cuenta de que su sistema nervioso se agota mucho más rápidamente. Tendrían que dejar esa costumbre peligrosa, especialmente Libra.

A las personas que hayan nacido poco después de la salida del Sol les encanta trabajar solas. A veces despotrican contra la soledad, pero cuando realmente rinden en su trabajo es cuando las dejan totalmente solas y en absoluto silencio.

No se debe reír de ningún chico cuando comete un error, o cuando hace un gesto raro, pero hay signos especialmente sensibles. Uno de ellos es Virgo, el más vergonzoso y más acomplejado. Con una risa despectiva se puede anular al talento más brillante, ya que la criatura, al verse ridiculizada por algún gesto suyo, jamás incurrirá en hacerlo de nuevo. Eso rige especialmente cuando el niño estudia algún idioma y se ríen de él al cometer errores de dicción.

Si usted, amiga lectora, tiene una hijita acuariana, no se sorprenda por su vestimenta. Ella siempre tendrá "sus" ideas al respecto, donde conjugará comodidad con originalidad.

Si su niñita es, en cambio, una libriana o taurana, tendrá en casa todo un "arsenal de belleza", ya que estas jovencitas quieren estar siempre a la moda, desde los dos años inclusive.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

El día 17: Luna en Leo. Favorece a los signos de Fuego. Da energía y también incrementa las actividades artísticas.

* * *

Los días 18-19: Luna en Virgo. Excelente para los signos de Tierra, les aclara la mente y los ayuda a expresarse. Aptos para iniciar un régimen o serie de ejercicios.

Los 20-21-22: Luna en Libra. Favorece a los signos de Aire y a todas las actividades conciliatorias, artísticas, publicitarias. Gran facilidad para comunicación en general.

* * *

El día 23: Luna en Escorpio. Favorece a los signos de Agua. Aumenta la inspiración, intuición, sensibilidad. Día ideal para lograr un diagnóstico acertado.

HOROSCOPO

SEMANAL

Por Lily Sullos



Amor: tensión en el clima familiar, culminando en los días 20, 21 y 22. Para evitar inconvenientes conviene dominar sus impulsos y también sus celos.

Finanzas: gastos por la familia algo excedidos que causarán ciertas protestas injustas de su compañero. Demora de una solución o trámite.

Salud: molestias digestivas por exceso de grasas o dulces ¡cuidado!

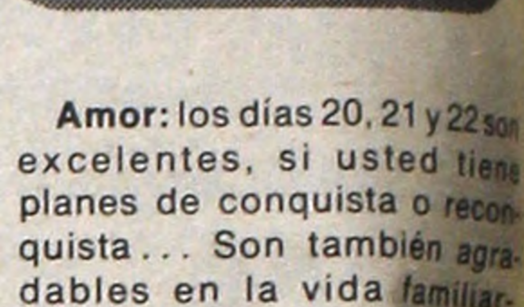


Amor: serenidad, diálogo en los días 18 y 19, usted expone con mucha dignidad sus puntos de vista. Mejoran las relaciones con hijos o en general con familiares jóvenes.

Finanzas: una inesperada solución, aunque de pequeña escala, cambiará para bien sus economías. El 23 es el único día "inoperable".

Salud: intestinos rebeldes, conviene estar más atenta al respecto.





Amor: los días 20, 21 y 22 son excelentes, si usted tiene planes de conquista o reconquista... Son también agradables en la vida familiar-social.

Finanzas: hay muchas oportunidades en cuanto a sus tareas para ahorrar dinero y tiempo, conseguir algo muy barato y sobre todo terminar lo iniciado con éxito.

Salud: mejora mucho con su estado de ánimo. Cuídese de resfríos.



Amor: pequeños inconvenientes para establecer un diálogo entre usted y su pareja: chicos presente, falta de tiempo, y un poco los caprichos de ambas partes.

Finanzas: éxitos en las "pequeñas", una salida muy exitosa, un trámite rápido y una oportunidad de realizar un negocio "redondo".

Salud: inconvenientes para respetar el régimen, malogrando su digestión.



Amor: el mejor día es el 17, pero la semana en general es muy favorable para todo tipo de acercamiento. Habrá más generosidad y amabilidad.

Finanzas: mejoran, pero también puede surgir un gasto inesperado por razones familiares. Mejor será ahorrar un poco para evitar la emergencia... Exito laboral.

Salud: mucha vitalidad que podría decaer en el día 23.



Amor: semana excelente por la Luna en Virgo, que ocurre en los días 18 y 19, brindándole una oportunidad para mejorar las relaciones en la familia o en la pareja.

Finanzas: óptimas, si usted se pone en campaña; toda iniciativa es afortunada en esta semana. Compra muy oportuna o muy económica.

Salud: si usted respeta el régimen, mejorará mucho en esta semana.



Amor: conviene utilizar los días 20-21-22 con la Luna en Libra para intentar una reconciliación o convocar una reunión familiar. Gran magnetismo de su parte...

Finanzas: semana muy favorable en cuanto a las adquisiciones de coquetería: ropa, zapatos, etcétera. También es útil para una importante entrevista laboral.

Salud: procure evitar la fatiga física. Insomnio.



Amor: el 17 podría traerle un disgusto, ya que usted podría perder su calma y así actuar con agresividad. La semana brinda momentos de felicidad, culminado en el 23.

Finanzas: ayuda y asesoramiento útil de amistades en un asunto de compra para la casa: coche, aparato necesario, instalaciones.

Salud: mejora, dinamismo y a la vez mejor asimilación de alimentos.



Amor: ciertas discusiones podrían ensombrecer su cielo, causadas por familiares. No permita interferencias ajenas en su relación de pareja.

Finanzas: bastante amenazadas por imprudencias reiteradas. Usted se inclina a comprar algo totalmente innecesario o demasiado caro. Posible desperfecto casero.

Salud: molestias digestivas y vesiculares, por abuso de grasas.



Amor: mucha serenidad y altura en una relación últimamente "floja"; usted pone su fuerza, fija las pautas. Es muy necesario que usted tome una iniciativa firme.

Finanzas: muy favorables, posible ganancia extra o el repunte de un negocio. Si usted ha pensado efectuar un cambio, es momento oportuno.

Salud: bastante buena, pero usted necesita un régimen más liviano.




Amor: la semana tiene dos días peligrosos para usted: el 17 y el 23. Si los deja en blanco, podrá lograr un acercamiento amoroso o una mejora en el clima familiar.

Finanzas: ciertos tropiezos y apuros por algo que usted compró en un momento de debilidad. ¡Podrían faltarle algunos pesos para algo imprescindible!

Salud: molestias respiratorias, menor resistencia, jaquecas.



Amor: discusiones y desconfianza durante la semana, pero el día 23 puede mejorar mucho su panorama, si usted sabe perdonar. Posible distanciamiento.

Finanzas: pequeños logros y oportunidades matizan esa etapa; usted puede realizar compras muy buenas y un negocio excelente en el día 23. Un trámite que se termina.

Salud: siguen las molestias digestivas, cuídese.

ESCOLIOSIS

Entre los problemas que pueden padecerse en la columna vertebral, la escoliosis es uno de los más sencillos de corregir. Si usted nota sus hombros tirados hacia adelante, el pecho hundido y la espalda cargada, consulte a su médico. Un adecuado tratamiento podrá ayudar a eliminar tal problema.

****

DECORACION



Para que su hogar luzca armónico y vistoso, recuerde que puede combinar el color del empapelado de las paredes con cortinas, almohadones, muebles, colchas y hasta alfombras. Así cada ambiente puede tener una fisonomía especial.

****

EL CUARTO DE LOS CHICOS

Las habitaciones modernas tienen una seria dificultad: no son demasiado grandes, y por eso hay que aprovechar bien el espacio. Una solución para el cuarto de los niños, es ubicar una tabla larga de madera en una pared que quede libre de muebles, cuya función puede ser de escritorio y mesa de juegos. Debajo de la tabla, pueden disponerse cajones para guardar ropa, útiles y otros elementos.

****

BOLIGRAFOS

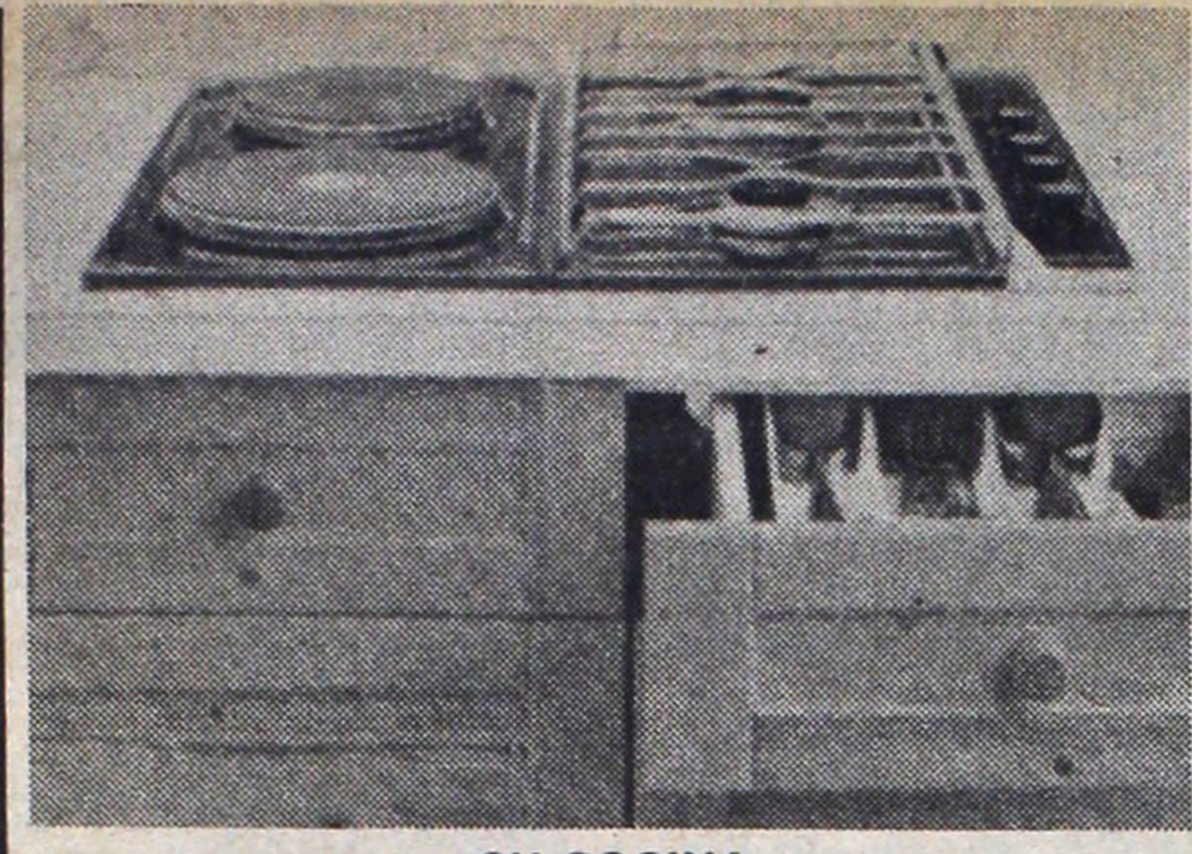


Si las biromes no funcionan, a pesar de tener aún tinta, puede intentarse "escribir" sobre la suela de goma de algún zapato. Así la tinta volverá a bajar.

****

TEÑIDOS

El teñido de una prenda debe ser siempre doble si deseamos que el color perdure. Puede sumergirse la ropa a teñir una vez en agua con anilina, enjuagarla y volverla a sumergir, o bien dejarla en el recipiente y agregarle un nuevo sobre de tintura



SU COCINA

Para conservar el buen orden de la cocina, es conveniente dividirla en sectores, como por ejemplo: el sector de guardado y conservación (alacenas, cajones, heladera); el sector de lavado (pileta, basurero, lavavajillas, artículos de limpieza); el sector de cocción (horno, cocina); el sector de preparado (mesada) y el sector de servicios (lavarropas, calefón). De este modo el trabajo será más fácil y agradable.

****

INSOMNIO

El consumo habitual de tabaco, sobre todo en horas cercanas a la noche, produce dificultades para conciliar el sueño y carga de tensiones.

****

PAPAS

Si quiere conservar las papas sin que se le echen a perder, es conveniente ubicarlas en una caja de madera, lejos de la luz del sol, en un sitio oscuro y seco.

****

MUJER PRACTICA

Nunca debe faltar en su cartera un par de agujas e hilo blanco y negro. La sacarán de muchos apuros.

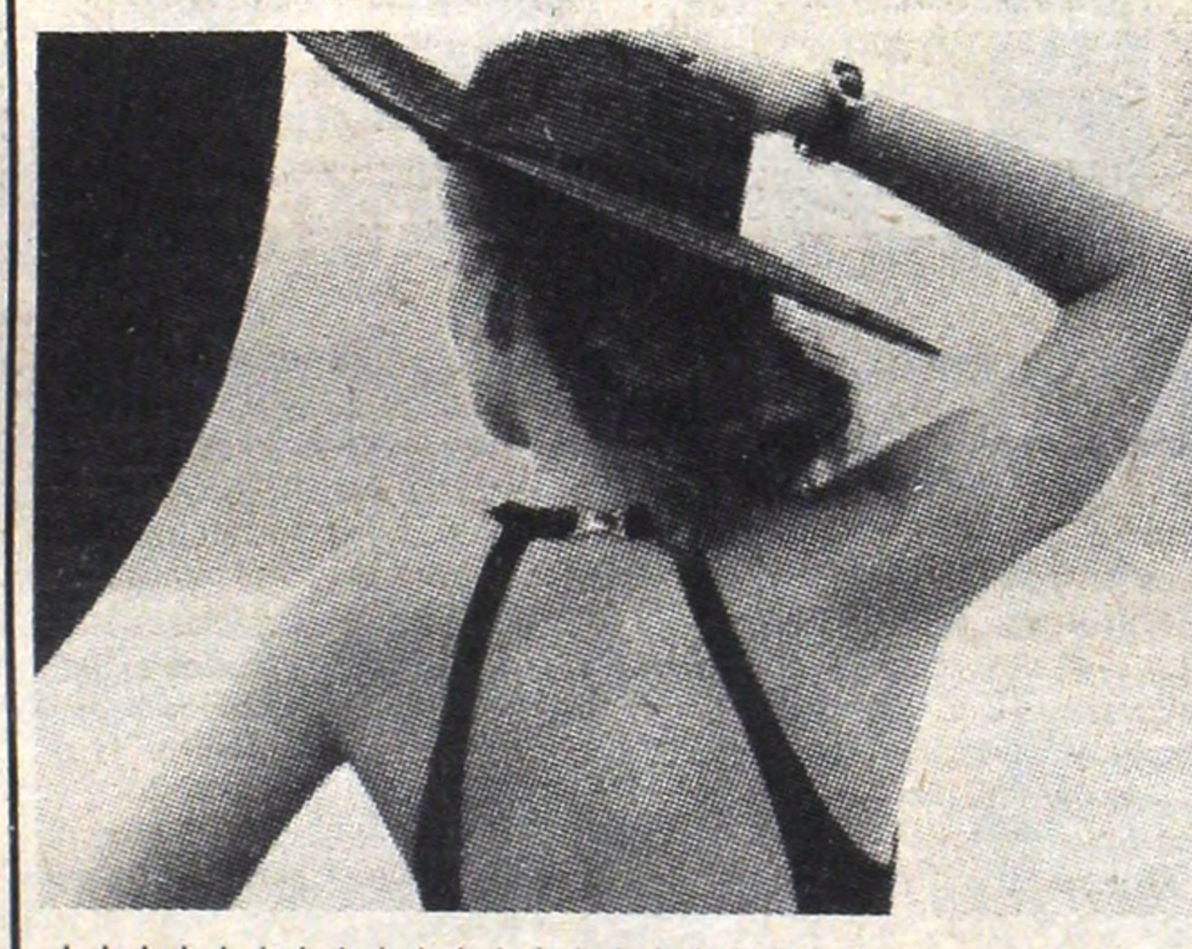
EL LENGUAJE DE LOS GESTOS

¿Sabía usted que los gestos tienen un significado propio? Si durante una conversación alguien juguetea con sus propios dedos, es signo de optimismo y coraje. Si se acaricia el mentón, seguramente es alguien intuitivo. Tocarse la boca, significa indecisión, inseguridad. Jugar con el cabello habla de una indiferencia para enfrentar las tensiones de la vida diaria y de una inclinación al razonamiento y a la intelectualidad. Si se apoya el mentón en la mano, la persona es atenta a lo que dice el otro, y lo escucha con dedicación.

****

BRAZOS CON FLACIDEZ

Si usted ha adelgazado mucho, o nota que sus brazos están volviéndose flácidos, no deje pasar el tiempo. Hágase aplicar un masaje electroestimulador, y asesórese acerca de qué cremas utilizar para que sus brazos vuelvan a ser signos de elegancia.



****

CHICOS ENTRETENIDOS

La mejor manera de entretener a un niño luego de la escuela, es no permitirle estar varias horas frente al televisor. Motívelos, en cambio, para realizar alguna actividad que les guste (cerámica, música, expresión corporal, la práctica de algún deporte, etcétera). De este modo, aprovecharán mejor sus energías y estarán verdaderamente "entretenidos".

JARDIN IMPROVISADO

Usted seguramente no tiene un jardín en su casa, pero siempre soñó tenerlo. Puede fabricárselo de algún modo. Elija un ambiente, y ubique en él plantas de interiores en vistosas macetas; las ideales son las de barro cocido sin esmaltar.

****

MAQUILLAJE

Si usted tiene más de 40 años y le gusta estar bien arreglada, no olvide que ya no puede recargar su rostro con demasiado maquillaje. La sobriedad puede permitirle conservar la salud de su piel, y lucir siempre bien.

****

HELECHOS

El helecho es una planta fácil de conservar y adaptar a cualquier hogar, y otorga frescura a los ambientes. Si tiene uno en su casa, no olvide regarlo abundantemente, para evitar que la tierra se seque, y no deje que el sol le caiga directamente, ya que necesita luz difusa.

HONGOS

No es conveniente cepillar las paredes con hongos, en seco. La diseminación de las esporas propagarán la infección a otros ambientes. Utilice en cambio líquido fungicida, luego de secar durante 24 horas y lave la superficie afectada con cepillo y agua jabonosa.

****

GUIA DE SUGERENCIAS PRACTICAS PARA EL HOGAR



CURSOS

Usted puede aprender en sus horas libres cualquiera de estas actividades: Cultura General (Círculo Femenino, Asociación Cristiana de Jóvenes, Universidad Popular de Belgrano); Música (Collegium Musicum, Instituto María Fux); Artes gráficas y encuadernación (Escuela Panamericana de Arte, Universitas); Guía de Turismo (Instituto Mariano Moreno, Instituto Grafotécnico); Actividades recreativas y animación de fiestas (Diálogos, Isip); Cerámica (Instituto de la Flor, Asociación Italiana de Mutualidad e Instrucción).



****

MUSCULOS TONIFICADOS

Un consejo útil para tonificar los músculos de su boca, es pronunciar con énfasis determinadas palabras, por ejemplo: uva, vino, recta, excusa, y cheese (quiere decir "queso" en inglés y se pronuncia "chiis").

****

DEPORTES

Si sus hijos se inclinan hacia la práctica de algún deporte, puede dirigirse a lugares especializados donde se asegure al niño un correcto aprendizaje. Uno de esos sitios es el Centro de Organización de Actividades de Educación Física, en Avenida del Libertador 481, en Vicente López, que brinda la posibilidad de practicar una amplia gama de deportes, los sábados de 10.30 a 16. Asimismo, en la Organización Tiempo, Billinghurst 540, 7º piso B, se realizan actividades no solo deportivas, sino recreativas en general.

MODA

Para este invierno, estará de moda el uso del sacón, el blazer y el tailleur. Combinando las prendas con buen gusto, podrá estar bien vestida a toda hora.

****

IMPUESTOS

A nadie le gusta hacer largas filas para pagar las contribuciones y cuentas de luz, teléfono y gas. Por eso, trate de no esperar el último día para hacerlo. Recuerde que así pierde mucho tiempo, y que en última instancia, la factura deberá pagarla igual.

****

CORCHO

No se pelee con sus sus hijos adolescentes que quieren llenar de fotos y posters las paredes de sus habitaciones. Haga tapizarlas en corcho, y de ese modo los jóvenes podrán ubicar a sus "predilectos" sin hacer caer la pintura o dejar "huecos" de chinches.



LOS TOLDOS

Un patio puede transformarse siempre en un ambiente más. ¿Cómo? Cerrándolo con un toldo metálico o bien con un cerramiento que incluya ventanas por donde entre la luz y el sol. Para calefaccionarlo, puede ponerse una estufa.



ANFETAMINAS

Si usted está decidida a bajar de peso, trate de no consumir anfetaminas (drogas que quitan el apetito). Estas no solo son muy perjudiciales para la salud física y síquica, sino que al dejar de tomarlas, producen en el organismo un efecto conocido como "de rebote" que hace aumentar todo lo rebajado, y algunos kilos más.

****

EL AEROBISMO



El aerobismo es quizá una de las formas deportivas que más adeptos tiene en esta época. Pero hay que tener cuidado. No correr, por ejemplo, luego de comer, tener en cuenta cuál es la presión arterial, y por supuesto, no pretender igualar en pocas semanas a aquellos que ya corren varios kilómetros por día. Todo debe hacerse en forma gradual y pausada.

****

ALMOHADONES



Un recurso práctico para llenar vacíos en ambientes con mobiliario moderno, es distribuir grandes almohadones de todo tipo y color, especialmente en los rincones. Darán una nota de calor y armonía.

****

PODA DE ROSALES

Los rosales trepadores se podan durante el mes de mayo. La poda consiste en cortar las ramas viejas o enfermas a partir de la zona donde éstas se insertan al tronco de la planta.

PARA LOS PIES

Existe un aparato de utilización casera, llamado **pedlovibrador**, cuya función consiste en mejorar la circulación sanguínea, aliviar cansancio muscular, aflojar tensiones e hinchazón en piernas y pies.





Sabor y Color en los Copetines









VANILOCUENCIA

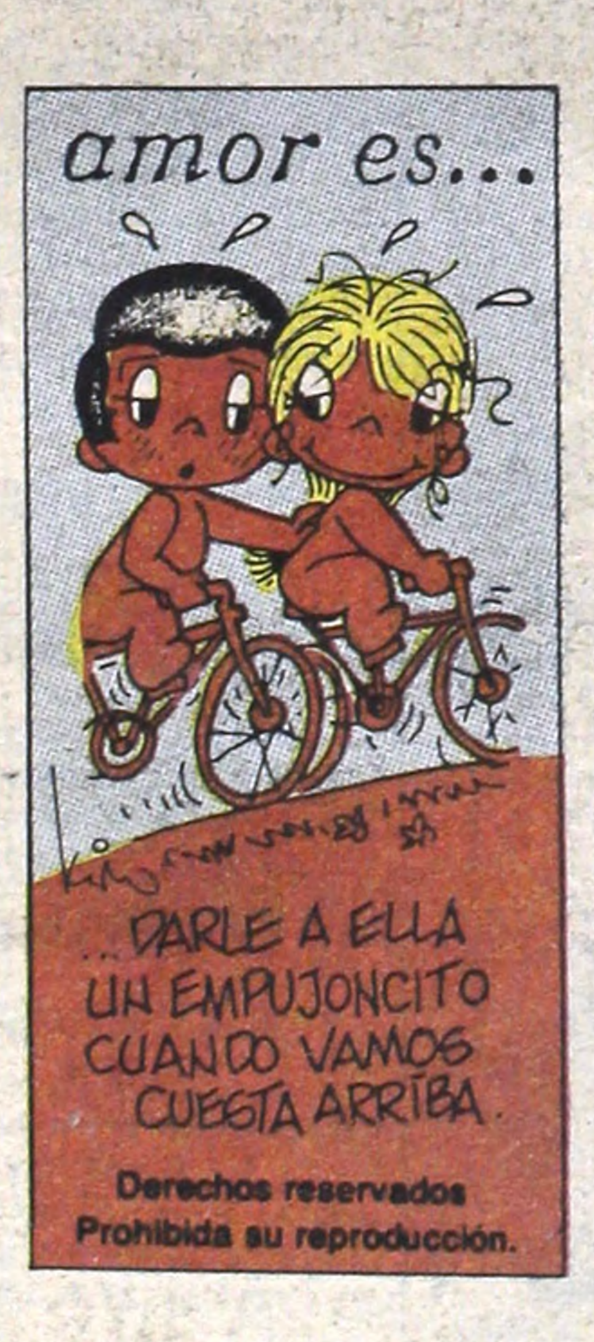
La ciudad está en mí como un poema
que no he logrado detener en palabras.

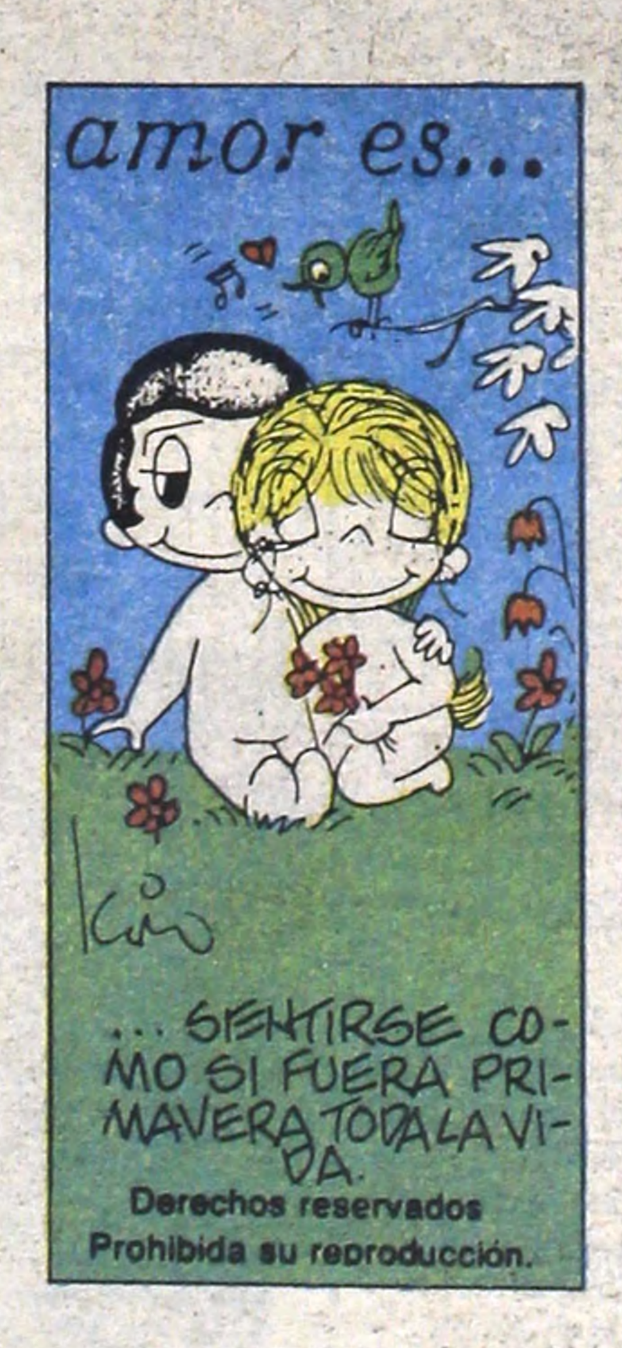
A un lado hay la excepción de algunos versos;
al otro, arrinconándolos,
la vida se adelanta sobre el tiempo,
como terror que usurpa toda el alma.

Siempre hay otros ocasos, otra gloria:
yo siento la fatiga del espejo
que no descansa en una imagen sola.

Para qué esta porfía
de clavar con dolor un claro verso
de pie como una lanza sobre el tiempo
si mi calle, mi casa,
desdeñosas de símbolos verbales,
me gritarán su novedad mañana?

Nuevas
como una boca no besada.







UN PATIO

Con la tarde
se cansaron los dos o tres colores del
patio.

La gran franqueza de la luna llena
ya no entusiasma su habitual firmamento.

Patio, cielo encauzado.

El patio es el declive
por el cual se derrama el cielo en la casa.

Serena,
la eternidad espera en la encrucijada
de estrellas.
Grato es vivir en la amistad oscura
de un zaguán, de una parra y de un
aljibe.

Jorge Luis Borges
"Fervor de Buenos Aires"